1/8	26. Mai.	27. Mai.	28. Mai.	29. Mai.	30. Mai.
22	Montag	Dienstag	Mittwoch	Christi Himmelfahrt	Freitag
				FEIERTAG	

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Tomatencremesuppe	Karottensalat		Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	g	j (nur beim Salat-Dressing)		j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Frischkäse Tortelloni mit fruchtiger Tomaten-Basilikum Sauce	Eier-Pfannkuchen (3 Stück) mit Apfelmus und Zimt & Zucker	Falaffel - Humusbällchen (3 Stück) mit leichter Pestosauce, Broccoli und Cous Cous		Butter-Reis mit gerösteten Tofu-Würfeln , gedämpfte Karottenscheiben und Rahmsauce
Mögl. Allergene	a1, c	a1, c, g	a1, c		f, g
Zusatzstoffe					

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst		Geschnittenes Obst
Mögl. Allergene					
Zusatzstoffe					

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	1	4	0	0	0
1/8	1	4	0	0	0

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	1	1	1	1	2
1/8	1	1	1	1	2

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Naturreis 0 0

Vollkornbrot 0 0

Vollkornnudeln 0 0

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

2/8	2. Jun.	3. Jun.	4. Jun.	5. Jun.	6. Jun.
23	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gurkensalat	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Linse Ragout mit Wurzel-Gemüse, Butterspätzle und Hirsebällchen (2 Stück)	Mini Kartoffelröstitaler (2 Stück) mit mediterranen Gemüsewürfeln und Tomatensauce	Kartoffelklöße (1 Stück) mit paniertem Dino-Gemüseschnitzel (1 Stück) und Rahmsauce	Chili con Soya Herzhafter Gemüse Eintopf mit Soya, roten Bohnen, Mais, Tomaten, Paprika und Butter-Reis	Sämige Kartoffelsuppe mit feinen Gemüsewürfeln und Vollkorn - Bauernbrot
Mögl. Allergene	a1, c	g	a1, c, i	f	a1-6 (Vollkornbrot), g
Zusatzstoffe					

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Aprikosenjoghurt	Geschnittenes Obst
Mögl. Allergene				g	
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Vollkornnudeln	0	0
Vollkornbrot	1	1
Naturreis	0	0

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	0	5	0	0	0
2/8	1	9	0	0	0

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	1	1	3	0	2
2/8	2	2	4	1	4

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

Pfingsten 1	9. Jun.	10. Jun.	11. Jun.	12. Jun.	13. Jun.
24	Pfingst-Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

FEIERTAG

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise		Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Karottencremesuppe	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene		j (nur beim Salat-Dressing)	g	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Speiseplan NUR für Rappelkiste & Piratenbucht - Haus am Hirzberg hat geschlossen.

Vegetarischer Hauptgang		Spiralnudeln "Napoli" mit Tomatensauce & geriebenem Käse	Pfannkuchen (3 Stück) mit Zimt & Zucker	Gemüsenuggets (2 Stück) mit Kartoffelpüree, Rahmspinat und Ketchup	Paniertes Dino-Gemüseschnitzel (1 Stück) mit Spätzle, Karotten-Erbсен-Gemüse und Sahnesauce
Mögl. Allergene		a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g
Zusatzstoffe					

Dessert & Obst		Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Rote Grütze mit Vanillesauce
Mögl. Allergene					g
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

- Naturreis** 0
- Vollkornbrot** 0
- Vollkornnudeln** 0

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche Pfingsten 1	OHNE DATEN-ERHEBUNG - OHNE BERECHNUNG!				

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche Pfingsten 1	OHNE DATEN-ERHEBUNG - OHNE BERECHNUNG!				

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

Pfingsten 2	16. Jun.	17. Jun.	18. Jun.	19. Jun.	20. Jun.
25	Montag	Dienstag	Mittwoch	Fronleichnam	Freitag

				FEIERTAG	
--	--	--	--	-----------------	--

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Tomatencremesuppe	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks		Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	g	j (nur beim Salat-Dressing)		j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Speiseplan NUR für Rappelkiste & Haus am Hirzberg - Piratenbucht hat geschlossen.

Vegetarischer Hauptgang	Hörnchennudeln mit Soja-Bolognese & geriebenem Käse	Gebratene Kartoffelpuffer (3 Stück) mit Apfelmus & Zimt-Zucker	Mozarella-Sticks (3 Stück) mit Kartoffeln & Rahm-Blumenkohl		Tortellini mit Ricotta-Spinat-Füllung und fruchtig-süßer Tomatensauce & ger. Käse
Mögl. Allergene	a1, c	a1, c, g	a1, c, g		a1, c
Zusatzstoffe					

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst		Erdbeer-Joghurt
Mögl. Allergene					g
Zusatzstoffe					

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche Pfingsten 2	OHNE DATEN-ERHEBUNG - OHNE BERECHNUNG!				

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche Pfingsten 2	OHNE DATEN-ERHEBUNG - OHNE BERECHNUNG!				

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

- Naturreis** **0**
- Vollkornbrot** **0**
- Vollkornnudeln** **0**

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

3/8	23. Jun.	24. Jun.	25. Jun.	26. Jun.	27. Jun.
26	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Rote Bete Salat	Karottencremesuppe	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	g	j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Vollkorn -Penne-Nudeln mit Gemüse-Soyabolognese und geriebener Emmentaler Käse	Panierte Gemüsestäbchen (2 Stück) mit gelbem Reis und Rahmkarotten	Brokkoli-Röschen mit angemachten Kräuterquark und Salzkartoffeln	Überbackene Dampfnudeln (1 Stück) mit Beerenragout und Vanillesauce	Bunt-Farbenfrohes Schupfnudel-Trio mit Rahmblumenkohl in weißer Bechamelsauce
Mögl. Allergene	a1-6, f	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Naturreis	0
Vollkornbrot	0
Vollkornnudeln	1

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst
Mögl. Allergene					
Zusatzstoffe					

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	1	5	0	0	0
3/8	2	14	0	0	0

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	1	2	2	0	3
3/8	3	4	6	1	7

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

4/8	30. Jun.	1. Jul.	2. Jul.	3. Jul.	4. Jul.
27	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemüse-Apfelsalat mit Linsen	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Crispy Nuggets (3 Stück) mit leichtem Karottencurry & Butter-Reis	Hörnchen-Nudeln mit Butter-Erbesen und Rahmsauce	Mozzarellasticks (3 Stück) mit Westernkartoffeln, frischem Broccoli und Kräuterremoulade	Hausgemachte Linsenbolognese mit Vollkorn -Spiralnudeln und geriebenem Käse	Überbackener Maccaroniauflauf mit Tomaten-Ragout und Käserahmsauce
Mögl. Allergene	a1, f	a1, c, g	a1, c, g	a1, c	a1, c, g
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Naturreis	0
Vollkornbrot	1
Vollkornnudeln	2

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Schokopudding mit Vanillesauce	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst
Mögl. Allergene		g			
Zusatzstoffe					

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	0	5	0	0	0
4/8	2	19	0	0	0

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	1	3	1	0	2
4/8	4	7	7	1	9

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

5/8	7. Jul.	8. Jul.	9. Jul.	10. Jul.	11. Jul.
28	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Tomatencremesuppe	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	g	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Butter-Gnocchis mit Grünkernbolognese, Reibekäse und geriebenem Parmesan	Gemüseköttbullar (3 Stück) mit Kartoffel-Gurken-Salat und Ketchup	Gebackene Reibekuchen (3 Stück) mit Apfelmus und Zimt & Zucker	Vegetarische Knuspernuggets (3 Stück) mit Schwenkkartoffeln, Buttererbsen und Kräuterremoulade	Tortellini mit Rahmsauce und Brokkoli (separat)
Mögl. Allergene	a1, c	a1, c, g	c	a1, c, g	a1, c
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Naturreis	0
Vollkornbrot	1
Vollkornnudeln	2

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst
Mögl. Allergene					
Zusatzstoffe					

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	1	5	0	0	0
5/8	3	24	0	0	0

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	1	1	3	0	2
5/8	5	8	10	1	11

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

6/8	14. Jul.	15. Jul.	16. Jul.	17. Jul.	18. Jul.
29	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

					Betriebsausflug
--	--	--	--	--	------------------------

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Karottensalat	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Schmetterlingsnudeln "Napoli" mit geriebenen Parmesan und Emmentaler-Käse	Gedämpfter Reis mit vegetarischen "Crispy-Nugggets" (3 Stück) und leichter Kokos-Curry-Sauce	Blumenkohl Röschen mit angemachten Kräuterquark und Salzkartoffeln	Tomatencremesuppe mit vegetarischen Mini-Maultaschen (3 Stück) und Vollkorn -Bauernbrot	ALLE Kita's haben geschlossen
Mögl. Allergene	a1, c	a1, c, g	c, g	a1-6 (Vollkornbrot), c, g	
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Naturreis	0
Vollkornbrot	1
Vollkornnudeln	2

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Karamellpudding	
Mögl. Allergene				g	
Zusatzstoffe					

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	0	4	0	0	0
6/8	3	28	0	0	0

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	1	3	1	0	2
6/8	6	11	11	1	13

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

7/8	21. Jul.	22. Jul.	23. Jul.	24. Jul.	25. Jul.
30	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemüsecremesuppe	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	g	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Hörnchennudeln mit hausgemachter Linsenbolognese und geriebenem Emmentaler	Spinat-Käsespätzle mit Mozzarella, Röstzwiebeln und Rahmsauce	Pfannkuchen (3 Stück) mit Apfelmus und Zimt & Zucker	Vegetarische Gemüsestäbchen (2 Stück) mit Schwenkkartoffeln, Buttererbsen und Kräuterremoulade	Gebackene Kartoffel-Wedges mit griechischem Tzatziki und Broccoli
Mögl. Allergene	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g	g
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Naturreis	0
Vollkornbrot	2
Vollkornnudeln	0

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst
Mögl. Allergene					
Zusatzstoffe					

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	1	5	0	0	0
7/8	4	33	0	0	0

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	0	1	2	0	2
7/8	6	12	13	1	15

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

8/8	28. Jul.	29. Jul.	30. Jul.	31. Jul.	1. Aug.
31	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle Gerichte sind **Vegetarisch!**

Vorspeise	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gurkensalat	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks	Gemischte Blattsalate UND Rohkost-Sticks
Mögl. Allergene	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)	j (nur beim Salat-Dressing)
Zusatzstoffe					

Vegetarischer Hauptgang	Eierknöpfe mit cremiger Parmesansauce und Karottengemüse	Falafel-Humus-Bällchen (3 Stück) mit Curry-Reis, Zucchini-Gemüse und Tomatensauce	Ofenfrische Lasagne mit Soyabolognese und Mozzarella gratiniert	Knusprige Mozzarellasticks (3 Stück) mit Schwenkkartoffeln, Buttererbsen und Kräuterremoulade	Herzhafter Eierpfannkuchen (2 Stück) mit Butterkohlrabi und heller Sauce
Mögl. Allergene	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g	a1, c, g
Zusatzstoffe					

Dessert & Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Geschnittenes Obst	Erdbeer-Joghurt	Geschnittenes Obst
Mögl. Allergene				g	
Zusatzstoffe					

Wir bitten um Verständnis - Änderungen behalten wir uns jederzeit vor.

Naturreis	0
Vollkornbrot	0
Vollkornnudeln	0
	2
0,50	
Ø / Woche	

	Süßer Hauptgang	Vegetarisch	Geflügel	Rind-Fleisch	Fisch
Diese Woche	0	5	0	0	0
8/8	4	38	0	0	0
Ø / Woche	0,50	4,75	0,00	0,00	0,00

	Reis	Nudeln, Spätzle, etc	Kartoffeln / -produkte	CousCous & Co	Frsch. Gemüse im HG
Diese Woche	1	3	1	1	4
8/8	7	15	14	2	19
Ø / Woche	0,88	1,88	1,75	0,25	2,38

Ø / Woche	0,50
Süßer Nachtisch	4
Karamellpudding	1
Schokopudding	1
Schoko-Riegel	0
Rührkchn. / Zopf	0
Frucht-Quark	0
Frucht-Joghurt	2
Rote Grütze	0
Milchreis	0

Die Legende zu den möglichen Allergenen und den Zusatzstoffen finden sie auf der letzten Seite. Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

Zusatzstoffe:

1)	Farbstoff
2)	Konservierungsstoff
3)	Antioxidationsmittel
4)	Geschmacksverstärker
5)	Geschwefelt
6)	Geschwärzt
7)	Süßungsmittel
8)	Phosphat
9)	Koffeinhaltig
10)	Chininhaltig
11)	Phenylalaninquelle
12)	Gewachst
13)	Taurin

Bestimmte Lebensmittel-Zertifikate, mit genauen Spezifikationen und Kennzeichnungen, sind auf Nachfrage bei uns einzusehen.

Mögliche Allergene

a)	Glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellt Erzeugnisse a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, a5=Dinkel (Weizenart), a6=Kamut
b)	Krebstiere und Krebstiererzeugnisse
c)	Eier und Eierzeugnisse
d)	Fisch und Fischerzeugnisse
e)	Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse
f)	Soja und Sojaerzeugnisse
g)	Milch und Milcherzeugnisse, einschließlich Laktose
h)	Schalenfrüchte und daraus hergestellte Erzeugnisse h1=Mandel, h2=Haselnuss, h3=Walnuss, h4=Cashewnuss, h5=Pecannuss, h6=Paranuss, h7=Pistazie, h8=Macadamianuss
i)	Sellerie und Sellerieerzeugnisse
j)	Senf und Senferzeugnisse
k)	Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse
l)	Schwefeldioxid und Sulfite (in einer Konzentration von über 10 mg/kg oder 10 mg/l)
m)	Lupine und Lupinen-Erzeugnisse
n)	Weichtiere und daraus hergestellte Erzeugnisse

Alle unsere Milchprodukte (Quark, Joghurt, Milch, Sahne, Butter, Käse, etc.) **enthalten Laktose & Milcheiweiß: g).**

Alle unsere Getreideprodukte (Nudeln, Brot, Pfannkuchen, Fisch-Panaden, etc.) **können a), e), g), h) & k) enthalten.**

Alle unsere Sojaprodukte (Tofu, Tofuwürste, Gemüsebörger, etc.) **können f) enthalten, zzgl. a1 bei Sojasauce**