

Unser aktueller Speiseplan vom 30.07.2021 bis 22.10.2021

Fr 30.07.2021	Hörnchennudeln mit Tomaten-Kräutersoße, dazu Reibekäse & Obst ^{Aw,C,G}	F E R I E N
Mo 02.08.2021	Bunter Nudeleintopf mit Geflügelfleisch, dazu Brot & Obst ^{Ar,Aw,C,I}	F E R I E N
Di 03.08.2021	Blumenkohlcremsuppe, 2 Quarkkeulchen mit Zucker & Apfelmus ^{2,3,6,Aw,C,G,I}	F E R I E N
Mi 04.08.2021	Makkaroni mit Jagdwurst-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2,3,Aw,C,G,I,J}	F E R I E N
Do 05.08.2021	Fischnuggets in Kräuterrahm mit Gemüsereis & Rohkost-Salat ^{Aw,C,D,I}	F E R I E N
Fr 06.08.2021	Möhren-Kohlrabiintopf mit Putenfleischklößchen, dazu Brot & Kompott ^{6,Ar,C,I}	F E R I E N
Mo 09.08.2021	Linseneintopf mit Rauchfleisch, dazu Brot & Dessert ^{2,3,6,Ar,Aw,G,I}	F E R I E N
Di 10.08.2021	Backfisch in Senfrahm mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,C,D,G,I,J}	F E R I E N
Mi 11.08.2021	Geflügelschnitzel mit Mischgemüse, dazu Salzkartoffeln ^{Aw,G}	F E R I E N
Do 12.08.2021	Spaghetti mit Broccoli-Schinkenrahmsoße, dazu Reibekäse ^{2,3,Aw,C,G,J}	F E R I E N
Fr 13.08.2021	Eier in Senfsoße mit Salzkartoffeln, dazu Rohkost-Salat ^{3,Ar,C,I,J}	F E R I E N
Mo 16.08.2021	Bunte Spirelli's mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Reibekäse & Obst ^{Aw,C,G,I}	F E R I E N
Di 17.08.2021	Perlgräupcheneintopf mit Rauchfleisch, dazu Brot & Obst ^{2,3,Ar,Ar,Ag,I}	F E R I E N
Mi 18.08.2021	Fischstäbchen mit Zitronen-Buttersoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8,Ar,C,G}	F E R I E N
Do 19.08.2021	Apfelmilchreis mit Zucker & Zimt, dazu Kompott ^{1,G}	F E R I E N
Fr 20.08.2021	Kochklops in Kräutersoße mit Kaisergemüse, dazu Salzkartoffeln ^{Aw,C,G,I}	F E R I E N
Mo 23.08.2021	Vanillepuddingsuppe mit Einback, dazu Kompott ^{1,6,Ar,C,G}	F E R I E N
Di 24.08.2021	Frikadelle mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln ^{2,3,Ar,C,G}	F E R I E N
Mi 25.08.2021	Makkaroni mit Tomatensoße & Putenfleischklößchen, dazu Reibekäse ^{Aw,C,G}	F E R I E N
Do 26.08.2021	Pan. Fischschnitte mit Senfsoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8,Ar,C,D,G,I,J}	F E R I E N
Fr 27.08.2021	Bunter Reiseintopf mit Geflügelfleisch, dazu Brot & Fruchtjoghurt ^{6,Ar,G,I}	F E R I E N
Mo 30.08.2021	Seelachswürfel in Tomatenrahm mit Gemüsereis, dazu Getränk ^{Aw,D,I}	F E R I E N
Di 31.08.2021	Grieß-Gemüsesuppe, 2 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{2,3,Ar,C,G}	F E R I E N
Mi 01.09.2021	Jägerschnitzel mit Möhrengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{2,3,Ar,C,J}	F E R I E N
Do 02.09.2021	Hörnchennudeln mit Soße á la Napoli, dazu Reibekäse & Obst ^{Aw,C,G,I}	F E R I E N
Fr 03.09.2021	Nudel-Gemüseintopf mit Putenfleischklößchen, dazu Brot & Obst ^{6,Ar,Ar,C,I}	F E R I E N
Mo 06.09.2021	Spirelli mit Tomaten-Hirtenkäsesoße, dazu Reibekäse ^{7,Ar,C,G,I} Fruchtiges Hähnchencurry mit Reis, dazu Dessert ^{Aw,F,G,I} 4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{2,3,6,Ar,C,G}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurtdressing ^{Aw,C,G}

Di 07.09.2021	<p>Grießflammerie mit warmer Erdbeersoße, dazu Obst ^{1, Aw, G}</p> <p>Feines Eier-Gemüseragout mit Salzkartoffeln, dazu Obst ^{3, Aw, C, G, I, J}</p> <p>4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{2, 3, 6, Aw, C, G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,3l</p> <p>Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw, C, G}</p>
Mi 08.09.2021	<p>Sahnegulasch mit Hörnchennudeln, dazu Rohkost-Salat ^{Aw, C, G}</p> <p>Seelachswürfel mit Ratatouille, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3, 8, Aw, C, D, G, I}</p> <p>4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{2, 3, 6, Aw, C, G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}</p>
Do 09.09.2021	<p>Bratklops mit Kaisergemüse, dazu Kartoffelpüree ^{3, 8, Aw, C, G, J}</p> <p>Möhren-Kohlrabieintopf mit Fleischklößchen, dazu Brot & Obst ^{Aw, Ab, G, I}</p> <p>4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{2, 3, 6, Aw, C, G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l</p> <p>Salat: Obstsalat mit Ananas-Joghurdressing ^{C, G}</p>
Fr 10.09.2021	<p>Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen, dazu Brot & Obst ^{2, 3, Aw, Ar, C, I, J}</p> <p>Gemüsetaler mit buntem Nudelsalat & Ketchup, dazu Obst ^{2, 3, 6, 8, Aw, Ar, C, G}</p> <p>4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{2, 3, 6, Aw, C, G}</p>	<p>Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1, 3, Aw, C, G}</p>
Mo 13.09.2021	<p>Vanillemilchreis mit Zucker & Zimt, dazu Dessert ^{1, G}</p> <p>Hörnchennudeln mit Spinat-Käsesoße, dazu Reibekäse & Dessert ^{7, Aw, C, G, I}</p> <p>Frühlingsrolle "Gärtnerin Art" mit Kräuter-Käsesoße, dazu Wildreis ^{7, Aw, C}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw, C, G}</p>
Di 14.09.2021	<p>Kochklops in Kräutersoße mit Buttergemüse, dazu Salzkartoffeln ^{Aw, C, G, I, J}</p> <p>Vegetar. Kartoffel-Kürbissuppe, dazu Vollkornbrot & Obst ^{6, Ar, Ah, Ag, Aw, G, I}</p> <p>Frühlingsrolle "Gärtnerin Art" mit Kräuter-Käsesoße, dazu Wildreis ^{7, Aw, C}</p>	<p>Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l</p> <p>Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw, C, G}</p>
Mi 15.09.2021	<p>Spaghetti mit Soße á la Bolognese, dazu Reibekäse ^{Aw, C, G, I}</p> <p>Tomatensuppe mit Reis, 3 Reibekuchen mit Zucker & Apfelmus ^{2, 3, 9, Aw, N}</p> <p>Frühlingsrolle "Gärtnerin Art" mit Kräuter-Käsesoße, dazu Wildreis ^{7, Aw, C}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}</p>
Do 16.09.2021	<p>Kräuterquark mit Butter, dazu Salzkartoffeln ^G</p> <p>Schweineschnitzel mit Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{Aw, G}</p> <p>Frühlingsrolle "Gärtnerin Art" mit Kräuter-Käsesoße, dazu Wildreis ^{7, Aw, C}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l</p> <p>Salat: Obstsalat mit Ananas-Joghurdressing ^{C, G}</p>
Fr 17.09.2021	<p>Makkaroni mit Tomatensoße & Fleischklößchen, dazu Reibekäse ^{Aw, C, G, I}</p> <p>Mar. Heringshappen mit Salzkartoffeln, dazu Obst ^{2, 3, 6, 9, C, D, I, J}</p> <p>Frühlingsrolle "Gärtnerin Art" mit Kräuter-Käsesoße, dazu Wildreis ^{7, Aw, C}</p>	<p>Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1, 3, Aw, C, G}</p>
Mo 20.09.2021	<p>Spirelli mit Schinken-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2, 3, Aw, C, G, I, J}</p> <p>Sommergemüse in holl. Soße mit Vollkorn-Reis, dazu Obst ^{Aw, C, G, I}</p> <p>3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6, Aw, C, G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw, C, G}</p>

Di 21.09.2021	Roster mit Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree ^{2,3, Aw, G, J, 8} Linseneintopf mit Rauchfleisch, dazu Brot & Obst ^{2,3, Aw, Ar, I} 3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Mi 22.09.2021	Schokopuddingsuppe mit Einback, dazu Kompott ^{1, Aw, C, G} Fischschnitte in Zitronen-Buttersoße, dazu Rotkohl & Salzkartoffeln ^{2,3, 6, Aw, C, D, G, I} 3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Do 23.09.2021	Chinapfanne "Nasi Goreng" mit Reis, dazu Rohkost-Salat ^{Aw, C, F, I} Hörnchennudeln mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Reibekäse & Rohkost-Salat ^{Aw, C, G, I} 3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Obstsalat mit Ananas-Joghurdressing ^{C, G}
Fr 24.09.2021	Vegetar. Nudel-Gemüseintopf, dazu Brot & Obst ^{Aw, Ar, C, G} Hähnchen-Dinoschnitzel mit buntem Kartoffelsalat & Ketchup, dazu Obst ^{2,3, 6, Aw, C, G, I, J} 3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1,3, Aw, C, G}
Mo 27.09.2021	Perlgräupcheneintopf mit Rauchfleisch, dazu Brot & Dessert ^{2,3, 6, Aw, Ag, Ar, G, I} Bunte Spirelli mit Tomaten-Basilikumsoße, dazu Reibekäse ^{Aw, C, G, I} Schwäbische Maultaschen in Tomaten-Bärlauchsoße ^{1, Aw, C, G, I}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurdressing ^{3, Aw, C, G}
Di 28.09.2021	Jägerschnitzel mit Möhren-Kohlrabigemüse, dazu Kartoffelpüree ^{3, 8, Aw, C, G, J} Seelachswürfel in Broccolirahm mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{3, 8, Aw, C, D, G, I} Schwäbische Maultaschen in Tomaten-Bärlauchsoße ^{1, Aw, C, G, I}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing ^{C, G}
Mi 29.09.2021	Warme Rote Grütze mit Vanillesoße, dazu Einback & Obst ^{1, Aw, C, G} Hähnchenfilet -natur- in Rahmsoße mit Gemüsereis, dazu Obst ^{6, Aw, G, I} Schwäbische Maultaschen in Tomaten-Bärlauchsoße ^{1, Aw, C, G, I}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Thunfisch" mit Dill-Joghurdressing ^{Aw, C, D, G}
Do 30.09.2021	Spaghetti mit Soße á la Carbonara, dazu Reibekäse ^{2,3, Aw, C, G, I} Eier in Remouladensoße mit Kartoffelspalten, dazu Rohkost-Salat ^{3, 6, 8, Aw, C, G, I, J} Schwäbische Maultaschen in Tomaten-Bärlauchsoße ^{1, Aw, C, G, I}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Fr 01.10.2021	Vegetar. Majorankartoffeltopf, dazu Vollkornbrot & Obst ^{Aw, Ar, Ah, Ar, I} Frikadelle mit buntem Nudelsalat & Curry-Ketchup, dazu Obst ^{2,3, 6, 8, Aw, C, G, J} Schwäbische Maultaschen in Tomaten-Bärlauchsoße ^{1, Aw, C, G, I}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Mo 04.10.2021	Makkaroni mit Soße á la Napoli, dazu Reibekäse ^{Aw, C, G, I} Buntes Hühnerfrikassee mit Vollkorn-Reis, dazu Obst ^{Aw, C, G} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw, G}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurdressing ^{3, Aw, C, G}
Di 05.10.2021	Currywurst mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{2,3, 4, 5, 8, 9, Aw, G, I, J} Fischstäbchen mit Senfsoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{2,3, 8, Aw, C, D, G, J} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw, G}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing ^{C, G}

Mi 06.10.2021	Möhreneintopf mit Fleischklößchen, dazu Brot & Obst ^{Aw,Ar,I} Elli-Spirelli-Menü mit Jagdwurst-Tomatensoße, dazu Reibekäse & Obst ^{2,3,9,Aw,C,G,I,J} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Thunfisch" mit Dill-Joghurdressing ^{Aw,C,D,G}
Do 07.10.2021	Schweinstreifen "Gyros Art" mit Tzatziki, dazu Reis ^{2,3,6,Aw,C,G} Blumenkohlcremsuppe, 2 Quarkkeulchen mit Zucker & Apfelmus ^{2,3,9,Aw,C,G} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Fr 08.10.2021	Kesselgulaschtopf mit Weißbrot, dazu Rohkost-Salat ^{Aw,Ar,C,G,I} Vegetar. Nuggets mit Gemüserahmsoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{2,3,6,8,Aw,C,G} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Mo 11.10.2021	Spirelli mit Schinken-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2,3,9,Aw,C,G,I,J} Brüheis mit Gemüse & Geflügelfleisch, dazu Brot & Obst ^{Aw,Ar,I} Kartoffeltaschen mit Tomate-Mozzarella-Füllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurdressing ^{3,Aw,C,G}
Di 12.10.2021	Bunte Gemüsepfanne mit Hähnchenstreifen, dazu Kartoffelpüree ^{3,8,Aw,G,F} Fischecke in Kräuterrahm mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,D,C,G,I} Kartoffeltaschen mit Tomate-Mozzarella-Füllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing ^{C,G}
Mi 13.10.2021	Makkaroni mit Sahnegulasch, dazu Rohkost-Salat ^{Aw,C,G} Eier in Senfsoße mit Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{3,Aw,C,G,I,J} Kartoffeltaschen mit Tomate-Mozzarella-Füllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Thunfisch" mit Dill-Joghurdressing ^{Aw,C,D,G}
Do 14.10.2021	Vanillepuddingsuppe mit Einback, dazu Kompott ^{1,Aw,C,G} Geflügelnuggets mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Gemüserais & Kompott ^{Aw,C,G} Kartoffeltaschen mit Tomate-Mozzarella-Füllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Fr 15.10.2021	Bunte Linseneintopf mit Rauchfleisch, dazu Brot & Obst ^{2,3,Ar,Aw,I} Vegetar. Tortelloni mit Kräuter-Käserahmsoße, dazu Reibekäse & Obst ^{7,Aw,C,G,I} Kartoffeltaschen mit Tomate-Mozzarella-Füllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Mo 18.10.2021	Bunte Spirelli's mit Tomaten-Hirtenkäsesoße, dazu Reibekäse ^{7,Aw,C,G,I}	F E R I E N
Di 19.10.2021	Gemüse-Nudelsuppe, 2 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{2,3,6, Aw,C,F,G}	F E R I E N
Mi 20.10.2021	Backfisch mit Kräutersoße, dazu Gemüserais & Rohkost-Salat ^{Aw,C,G,D,F,I}	F E R I E N
Do 21.10.2021	Kartoffelsuppe mit Jagdwurstwürfel, dazu Brot & Kompott ^{2,3, Aw,Ar,I,J}	F E R I E N
Fr 22.10.2021	Feines Eier-Gemüseragout mit Salzkartoffeln, dazu Obst ^{3,Aw,C,G,J}	F E R I E N

Zusatzstoffe / Allergene

1 - mit Farbstoff
2 - mit Konservierungsstoff
3 - mit Antioxidationsmittel
4 - mit Geschmacksverstärker
5 - mit Phosphat
6 - mit Süßungsmittel
7 - mit Stärke
8 - mit Emulgatoren
9 - mit Verdickungs-, Gelier- und Feuchthaltemittel

A - Gluten
Ag - Gerste
Ah - Hafer
Ar - Roggen
Aw - Weizen
B - Krebstiere
C - Eier
D - Fisch
E - Erdnüsse
F - Soja

G - Milch einschl. Laktose
H - Schalenfrüchte
Hc - Cashewkerne
Ha - Paranüsse
He - Pekanüsse
Hh - Haselnüsse
Hi - Macadaminüsse
Hm - Mandel
Hp - Pistazien
Hw - Walnüsse

I - Sellerie
J - Senf
K - Sesam
Kl - Knoblauch
L - Lupine
M - Weichtiere
N - Sulfite (in Konzentration von mehr als 10mg/kg)