Schulungsunterlage – Inhaltsstoffe & Allergene

Lebendhof Mut im Bauch

Speisekarte

---

1. Badischer Caesar-Salat ohne Gockel

Bestandteile

- Knackiger Römersalat
- Caesar-Dressing auf Rapsölbasis
- Hofbrot aus Schweizer Hochmehl
- Dünn aufgeschnittene Chicken Chunks von The Green Mountain

Inhaltsstoffe & Allergene

Caesar-Dressing

- Basis: Rapsöl
- Keine deklarationspflichtigen Allergene

Hofbrot

- Schweizer Hochmehl
- **Allergen:** Weizen (Gluten)

Green Mountain Chicken Chunks

Zutaten laut Hersteller:

- Wasser
- Erbsenprotein
- Weizenprotein
- Sojasauce
- Rapsöl
- Gewürze
- Okara (Sojabohnenpulpe)
- Zucker
- Salz

Allergene:

- Weizen (Gluten)
- Soja

2. Wurstsalat

Bestandteile

- Fleischkäse von The Green Mountain
- Gouda von Violife
- Essig-Öl-Marinade
- Hofbrot

Allergene

Essig-Öl-Marinade

- **Allergen:** Senf

Hofbrot

- **Allergen:** Weizen

Violife Gouda

Typische Zutaten:

- Wasser
- Kokosöl
- modifizierte Stärke
- Stärke
- Meersalz
- Aromen
- Olivenextrakt
- Beta-Carotin
- Vitamin B12

Deklaration laut Hersteller:

- glutenfrei
- sojafrei
- laktosefrei
- nussfrei

Green Mountain Fleischkäse

Bekannte Hauptzutaten:

- Erbsenprotein
- Rapsöl
- Gewürze
- Stärke
- pflanzliche Aromen
- Vitamin B12

Deklarationspflichtige Allergene

Nach den verfügbaren Hersteller- und Produktinformationen basiert der Fleischkäse auf **Erbsenprotein**, nicht auf Soja- oder Weizenprotein. In den öffentlich zugänglichen Produktbeschreibungen werden **Soja und Weizen nicht als Zutaten genannt**.

---

3. Badischer Linseneintopf

Bestandteile

- Linseneintopf
- Sojasauce
- Spätzle
- Rote Bratwürste von The Green Mountain

Allergene

Linseneintopf

- **Allergene:** Soja, Weizen

Spätzle

- Weizenmehl
- **Allergen:** Weizen

Green Mountain Bratwürste

Typische Zutaten:

- Wasser
- Rapsöl
- pflanzliche Proteine
- Gewürze
- Verdickungsmittel

Deklarierte Allergene laut Herstellerhinweis:

- Keine Deklarationspflichtigen Allergene

---

4. Zwiebelrostbraten

Bestandteile

- Steak von Planted
- Geschmolzene Zwiebeln
- Schmorsellerie
- Bratensoße

Allergene

Schmorsellerie

- **Allergen:** Soja

Bratensoße

- **Allergene:** Soja, Weizen

Planted Steak

Zutaten laut Hersteller:

- Wasser
- Sojamehl
- Rapsöl
- natürliches Aroma
- Rote-Bete-Konzentrat
- Reismehl
- Gewürze
- Kulturen
- Salz
- Vitamin B12

Allergene laut Hersteller:

- Soja
- Kann Spuren enthalten von:
    - Senf
    - glutenhaltigem Getreide

---

5. Badischer Kartoffelsalat mit Maultaschen

Bestandteile

- Badischer Kartoffelsalat
- Hausgemachte Maultaschen

Maultaschen

Füllung:

- Linsen
- Spinat
- Knoblauch

Teig:

- Nudelteig aus Weizen

Allergene

- Weizen
- Soja

---

6. Käse-Spätzle mit Schmortzwiebeln

Bestandteile

- Spätzle
- Schmorzwiebeln
- Alpro Cuisine Sojasahne
- Violife Gouda

Allergene

Spätzle

- **Allergen:** Weizen

Alpro Cuisine

- **Allergen:** Soja

Violife Gouda

- keine deklarationspflichtigen Allergene
- glutenfrei
- sojafrei
- besteht aus Kokosfett

---

7. Tapasplatte

Bestandteile

Gemischte Auswahl aller Gerichte.

Mögliche Allergene

- Weizen
- Soja
- Senf

---

8. Tiroler Gröstl

Bestandteile

- Hausgemachte Linsen-Maultaschen
- Kartoffeln
- Bratensoße
- Röstzwiebeln

Allergene

Maultaschen

- Weizen
- Soja

Kartoffeln:

- **Allergen:** Senf

Bratensoße

- **Allergene:** Soja, Weizen

Zusammenfassung Allergene nach Gericht

Gericht	Allergene
Caesar-Salat	Weizen, Soja
Wurstsalat	Weizen, Senf, evtl. Soja
Linseneintopf	Weizen, Soja
Zwiebelrostbraten	Weizen, Soja
Kartoffelsalat mit Maultaschen	Weizen, Soja
Käse-Spätzle	Weizen, Soja
Tapasplatte	Weizen, Soja, Senf
Gröstl	

Dampfnudel mit Vanillesauce und Waldbeeren

Bestandteile

- Hausgemachte Dampfnudel
- Vanillesauce
- Waldbeeren

Dampfnudel

Zutaten

- Weizenmehl
- Hefe
- Haferdrink

Allergene

- **Weizen (Gluten)**

Vanillesauce

Zutaten

- Haferdrink
- Sojasahne
- Speisestärke
- Vanillepulver
- Vanillearoma

Allergene

- **Soja**

Waldbeeren

Zutaten

- Gemischte Waldbeeren

Allergene

- Keine deklarationspflichtigen Allergene

Gesamtallergene

- **Weizen**
- **Soja**

Kaiserschmarren mit Carte d’Or Vegan Vanilleeis

Bestandteile

- Kaiserschmarren
- Carte d’Or Vegan Vanilleeis

Kaiserschmarren

Zutaten

- Weizenmehl
- Backpulver
- Haferdrink

Allergene

- **Weizen (Gluten)**

Carte d’Or Vegan Vanilleeis

Zutaten (Auszug)

- Wasser
- Zucker
- Kokosfett
- Glukose-Fruktose-Sirup
- Dextrose
- Sojamehl
- Natürliches Vanillearoma
- Vanilleschotenstücke

Allergene

- **Soja**

Gesamtallergene

- **Weizen**
- **Soja**

Schnüffischmarren mit Carte d’Or Vegan Vanilleeis und Bionella

Bestandteile

- Kaiserschmarren
- Carte d’Or Vegan Vanilleeis
- Bionella Nuss-Nougat-Creme

Kaiserschmarren

Zutaten

- Weizenmehl
- Backpulver
- Haferdrink

Allergene

- **Weizen (Gluten)**

Carte d’Or Vegan Vanilleeis

Allergene

- **Soja**

Bionella Nuss-Nougat-Creme

Zutaten (Auszug)

- Rohrzucker
- Palmöl
- Sonnenblumenöl
- Haselnüsse (14 %)
- Kakaopulver
- Süßlupinenmehl
- Bourbon-Vanille

Allergene

- **Haselnüsse**
- **Lupinen**

Kann Spuren enthalten von

- Erdnüssen
- anderen Schalenfrüchten
- Sesam
- Milch

Gesamtallergene

- **Weizen**
- **Soja**
- **Haselnüsse**
- **Lupinen**

Übersicht Dessert-Allergene

Dessert	Allergene
Dampfnudel mit Vanillesauce und Waldbeeren	Weizen, Soja
Kaiserschmarren mit Carte d’Or Vegan Vanilleeis	Weizen, Soja
Schniffischmarren mit Carte d’Or Vegan Vanilleeis und Bionella	Weizen, Soja, Haselnüsse, Lupinen