

26.11.2018 - 30.11.2018

Mediterrane Küche					
KW48	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Frühstück	Brötchen / belegte Brote / belegte Mehrkornbrötchen (a;g;h;k) mit Käse (g;1), Geflügel-Salami (3;1;2) und Geflügel-Mortadella (8;1;3;2)	Belegte Brote / belegte Mehrkornbrote (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Philadelphia (g;i), Tomate, Gurke und Brikkäse (g)	Belegte Brote / belegte Mehrkorn Brote (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Nutella (g;f;h) und Marmalade (Erdbeere, Kirsch, Waldfrucht)	Belegte Brötchen / belegte Vollkornbrötchen (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Käse (g;1), Geflügel-Salami (3;1;2) und Geflügel-Mortadella (8;1;3;2)	Käsebrötchen (1;a;f;g) und Laugenbrezel (1;a)
	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb
Mittagessen	Gemüse-Bulgur-Pfanne (a)	Spaghetti (a) Bolognese (Rindfleisch) (i) und geriebener Gouda (g)	Lachsfilet "Pesto" (1,2,3,d,g,h) oder Lachsfilet "BBQ" (1,2,3,d) mit Romanesco-Gemüse, Salzkartoffeln und Velouté	Rahmspinat (g) mit Rührei (c) und Kartoffeln	Hamburger mit Kartoffel-Wedges (11,a,c,f,g,j,k,m)
Nachtsch				Obstsalat (11)	
Mittagessen Laktosefrei	Gemüse-Bulgur-Pfanne (a)	Spaghetti (a) Bolognese (Rindfleisch) (i)	Lachsfilet "BBQ" (1,2,3,d) mit Romanesco-Gemüse, Salzkartoffeln und Velouté	Soja-Rahmspinat (f) mit Rührei (c) und Kartoffeln	Hamburger mit Kartoffel-Wedges (11,a,c,f,g,j,k,m)
Nachtsch				Obstsalat (11)	
Mittagessen Glutenfrei	Gemüse-Reis-Pfanne (a)	glutenfreie Spaghetti Bolognese (Rindfleisch) (i) und geriebener Gouda (g)	Lachsfilet "Pesto" (1,2,3,d,g,h) oder Lachsfilet "BBQ" (1,2,3,d) mit Romanesco-Gemüse, Salzkartoffeln und Velouté	Rahmspinat (g) mit Rührei (c) und Kartoffeln	Glutenfreier Hamburger mit Kartoffel-Wedges (11,c,f,g,j,k,m)
Nachtsch				Obstsalat (11)	
Mittagessen Vegetarier	Gemüse-Bulgur-Pfanne (a)	Spaghetti (a) mit veg. Bolognesesauce (i,f) und geriebener Gouda (g)	Gemüse-Sojahack-Pfanne (i,f)	Rahmspinat (g) mit Rührei (c) und Kartoffeln	Rucola-Süßkartoffel-Schnitte (a,i) mit Kartoffel-Wedges
Nachtsch				Obstsalat (11)	
Mittagessen Veganer	Gemüse-Bulgur-Pfanne (a)	Spaghetti (a) mit veg. Bolognesesauce (i,f)	Gemüse-Sojahack-Pfanne (i,f)	Soja-Rahmspinat (f) mit Sesam-Sticks (i) und Kartoffeln	Rucola-Süßkartoffel-Schnitte (a,i) mit Kartoffel-Wedges
Nachtsch				Obstsalat (11)	
Änderungen vorbehalten!	<p>"Am Nudeltag stellen wir alternativ auch Vollkornnudeln, geriebenen Käse und eine zweite Sauce zur Wahl bereit" Montags, Dienstags, Mittwochs und Donnerstags steht für alle eine Salatbar zur Verfügung. (Grüner Salat, Gurke, Paprika, Tomate und Soßen, ggf. dazu: Feta, Mozzarella und Mais) Am Mittwoch und am Freitag bieten wir einen großen gemischten Hauptgangsalat mit verschiedenen Beilagen an.</p>				