

# 22.10. - 26.10.2018

## Griechische Küche

KW 43	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Frühstück</b>	Brötchen / Belegte Brote/ belegte Mehrkornbrötchen(a;g;h;k) mit Nutella(g;f;h) und Marmalade (Erdbeere, Kirsch, Waldfrucht)	Belegte Brote / belegtes Mehrkornbrötchen(8;a;c;f;g;h;k;e) mit Philadelphia(g;i), Tomate, Gurke und Brikäse(g)	Belegte Brote/ belegte Mehrkornbrötchen (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Käse(g;1), Geflügel-Salami(3;1;2), Hähnchenbrust(3;8;2) und Geflügel-Mortadella(8;1;3;2)	Belegte Brötchen/ belegte Vollkornbrötchen (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Käse(g;1), Geflügel-Salami(3;1;2), Hähnchenbrust(3;8;2) und Geflügel-Mortadella(8;1;3;2)	Belegte Baguettes/ belegte Vollkornbaguettes (a;g;h;k) Käse(g;1), Geflügel-Salami(3;1;2), Hähnchenbrust(3;8;2) und Geflügel-Mortadella(8;1;3;2)
	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb
<b>Mittagessen</b>	Putengyros(j,4) mit Krautsalat, Tzatziki(g) und Fladenbrot(a)	Farfalle Tricolore(a) mit Tomaten-Auberginensugo(i) oder Champignon- Käse-Sauce(g)	Fischstäbchen (d,a) mit Spinat, Salzkartoffeln und Veloutè (g)	Rinderhackpfanne mit Gemüsestreifen (i) Rosmarinkartoffeln und Bratensauce (i)	Lahmacun(a) mit Salat und Hirtenkäse (g)
<b>Nachtsch</b>					Schokoladenpudding(g,11)
<b>Mittagessen Laktosefrei</b>	Putengyros(j,4) mit Krautsalat, Gemüse-Dip und Fladenbrot(a)	Farfalle Tricolore(a) mit Tomaten-Auberginensugo(i)	Fischstäbchen (d,a) mit Spinat, Salzkartoffeln und Veloutè (f)	Rinderhackpfanne mit Gemüsestreifen (i) Rosmarinkartoffeln und Bratensauce (i)	Lahmacun(a) mit Salat
<b>Nachtsch</b>					Sojapudding(f)
<b>Mittagessen Glutenfrei</b>	Putengyros(j,4) mit Krautsalat, Tzatziki(g) und glutenfreier Semmel	Glutenfreie Penne mit Tomaten-Auberginensugo(i) oder Champignon-Käse-Sauce(g)	natur gegrilltes Fischfilet(d) mit Spinat, Salzkartoffeln und Veloutè(g)	Rinderhackpfanne mit Gemüsestreifen (i) und Reis	Wrap (Glutenfrei) mit Salat
<b>Nachtsch</b>					Schokoladenpudding(g,11)
<b>Mittagessen Vegetarier</b>	Falafel-Bällchen(a,f) mit Krautsalat, Tzatziki(g) und Fladenbrot(a)	Farfalle Tricolore(a) mit Tomaten-Auberginensugo(i) oder Champignon-Käse-Sauce(g)	Rührei(c) mit Spinat und Salzkartoffeln	Soja Nuggets (f,a) mit Gemüsestreifen (i) und Reis	Weizen Tortillas (a) mit Salat
<b>Nachtsch</b>					Schokoladenpudding(g,11)
<b>Mittagessen Veganer</b>	Falafel Bällchen(a,f) mit Krautsalat, Tzatziki(f) und Fladenbrot(a)	Farfalle Tricolore(a) mit Tomaten-Auberginensugo(i) oder Champignon-Sauce(f)	Soja Frittata(f,a) mit Spinat und Salzkartoffeln	Soja Nuggets (f,a) mit Gemüsestreifen (i) und Reis	Weizen Tortillas (a) mit Salat
<b>Nachtsch</b>					Schokoladenpudding(g,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>				