

15.01. bis 19.01.2018

KW 03	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Frühstück	Belegte Brötchen (a;g;h;k) mit Käse(g;1), Geflügel-Salami(3;1;2) und Geflügel-Mortadella(8;1;3;2)	Belegte Brote (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Philadelphia(g;i), Tomate, Gurke und Brie(g)	Belegte Brote (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Nutella(g;f;h) und Marmalade (Erdbeere, Kirsch, Waldfrucht)	Belegte Brötchen (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)
Nachtisch	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb
Mittagessen	Arabische Reispfanne mit Rinderhackfleisch	Nudeln(a) mit Tomatensoße(i) oder mit Pilzrahmsoße(g)	Fischstäbchen(d,a) mit Spinat, Salzkartoffeln und Veloutèe	Hähnchenbrust in Tomatensauce(i) mit Mozzarella(g) überbacken, dazu Rosmarin-Kartoffeln	Blumenkohl-Dinkel(a,g) Auflauf
Nachtisch				Muffin (a, 11,g,c)	
Mittagessen Laktosefrei	Arabische Reispfanne mit Rinderhackfleisch	Nudeln(a) mit Tomatensoße(i)	Fischstäbchen(d,a) mit Spinat, Salzkartoffeln und Veloutèe	Hähnchenbrust in Tomatensauce(i) mit Rosmarin-Kartoffeln	Blumenkohl-Auflauf(f)
Mittagessen Glutenfrei	Arabische Reispfanne mit Rinderhackfleisch	glutenfreies Nudeln mit Tomatensoße(i) oder mit Pilzrahmsoße(g)	natur gegrillte Fischfilet(d) mit Spinat, Salzkartoffeln und Veloutèe	Hähnchenbrust in Tomatensauce(i) mit Mozzarella(g) überbacken, dazu Rosmarin-Kartoffeln	Blumenkohl-Auflauf(f)
Nachtisch				Muffin (11,g,c)	
Mittagessen Vegetarier	Kichererbsen-curry(l,i) mit Reis	Nudeln(a) mit Tomatensoße(i) oder mit Pilzrahmsoße(g)	veganes "Vischfilet"(f) mit Spinat und Salzkartoffeln	Sojageschnetzeltes mit Erbsen und Kartoffeln	Blumenkohl-Dinkel Auflauf(a,g)
Nachtisch				Muffin (a, 11,g,c)	
Mittagessen Veganer	Kichererbsen-curry(l,i) mit Reis	Nudeln(a) mit Tomatensoße(i) oder mit Pilzrahmsoße(f)	veganes "Vischfilet"(f) mit Spinat und Salzkartoffeln	Sojageschnetzeltes mit Erbsen und Kartoffeln	Blumenkohl-Dinkel Auflauf(a,g)
Nachtisch				Obstsalat (11)	
Änderungen vorbehalten!	<p>"Am Nudeltag stellen wir alternativ auch Vollkornnudeln und eine zweite Sauce zur Wahl bereit"</p> <p>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>				

Erläuterung der Zusatzstoffe auf gesonderten Blatt !