

11.03.2019 - 15.03.2019

		Arabische Küche				
KW 11	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Frühstück	Brötchen / belegte Brote / belegte Mehrkornbrötchen (a;g;h;k) mit Nutella (g;f;h) und Marmelade (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) mit Käse (g;1), Geflügel-Salami (3;1;2), Hähnchenbrust (3;8;2) und Geflügel-Mortadella (8;1;3;2)	
	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	
Mittagessen	Arabische Reispfanne mit Rinderhackfleisch und Erbsen (i)	Lasagne Bolognese (a,g,i)	Victoriasee-Barsch (d) in Tomatensauce (i) mit Reis und Romanesco	Omelette (c) mit Spinat und Kartoffeln	Pizza-Salami (a,g,i)	
Nachtsch				Obstsalat (11)		
Mittagessen Laktosefrei	Arabische Reispfanne mit Rinderhackfleisch und Erbsen (i)	Lasagne Bolognese (a,i)	Victoriasee-Barsch (d) in Tomatensauce (i) mit Reis und Romanesco	Omelette (c) mit Spinat und Kartoffeln	Pizza-Salami (a,i)	
Nachtsch				Obstsalat (11)		
Mittagessen Glutenfrei	Arabische Reispfanne mit Rinderhackfleisch und Erbsen (i)	glutenfreie Lasagne Bolognese (i)	Victoriasee-Barsch (d) in Tomatensauce (i) mit Reis und Romanesco	Omelette (c) mit Spinat und Kartoffeln	glutenfreie Pizza-Salami (g,i)	
Nachtsch				Obstsalat (11)		
Mittagessen Vegetarier	Sojahackpfanne (f) mit Reis und Erbsen	Gemüse Lasagne (a,i)	Gemüestabchen (a,i) mit Reis und Romanesco	Omelette (c) mit Spinat und Kartoffeln	Pizza mit Gemüse (a,g,i)	
Nachtsch				Obstsalat (11)		
Mittagessen Veganer	Sojahackpfanne (f) mit Reis und Erbsen	Gemüse Lasagne (a,i)	Gemüestabchen (a,i) mit Reis und Romanesco	vegane Frittata (f) mit Spinat und Kartoffeln	Pizza mit Gemüse (a,g,i)	
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>					