

# 05.07.2021 -09.07.2021

KW 27	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Frühstück</b>	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 Brote / belegte Mehrkornbrote (8;a;c;f;g;h;k;e) mit Philadelphia (g;i), Tomate, Gurke und Brikäse (g), Gemüsesticks	Brötchen / belegte Brote / belegte Mehrkornbrötchen (a;g;h;k) mit Nutella (g;f;h) und Marmelade (Erdbeere, Kirsch, Waldfrucht)	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)	Käsebrötchen (1;a;f;g) und Laugenbrezel (1;a)
	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb	Obstkorb
<b>Mittagessen</b>	Gegrillte Hähnchenschenkel Blumenkohl, dazu Kartoffelecken & Currysauce	Spiralnudeln (a) mit Broccoli-Pilz-Rahm (g) oder Pesto Rosso dazu geriebener Käse (g)	Gebratenes Seelachsfilet (a) Dillsauce (g) Möhrengemüse & Kartoffelstampf	Chili con Carne (a,i) mit Kräuterreis	Couscous Gemüsepfanne (a,g) Tomatensahnesauce
<b>Nachtisch</b>					Quarkspeise mit Himbeersauce
<b>Mittagessen Laktosefrei</b>	Gegrillte Hähnchenschenkel Blumenkohl, dazu Kartoffelecken & Currysauce	Spiralnudeln (a) mit Broccoli-Pilz-Rahm (g) oder Pesto Rosso dazu geriebener Käse (g)	Gebratenes Seelachsfilet (a) laktosefreie Dillsauce( g) Möhrengemüse & Kartoffelstampf (g)	Chili con Carne (a,i) mit Kräuterreis	Couscous Gemüsepfanne (a,g) Tomatensahnesauce (lactosefrei)
<b>Nachtisch</b>					laktosefreien Quarkspeise mit Himbeersauce
<b>Mittagessen Glutenfrei</b>	Gegrillte Hähnchenschenkel Blumenkohl, dazu Kartoffelecken & Currysauce	glutenfreie Spiralnudeln (a) mit Broccoli-Pilz-Rahm (g) oder Pesto Rosso dazu geriebener Käse (g)	Gebratenes Seelachsfilet Dillsauce Möhrengemüse & Kartoffelstampf (g)	Chili con Carne (a,i) mit Kräuterreis	Reis-Gemüsepfanne Tomatensahnesauce
<b>Nachtisch</b>					Quarkspeise mit Himbeersauce
<b>Mittagessen Vegetarier</b>	Halloumikäse gegrillt, Blumenkohl, Kartoffelecken & Currysauce	Spiralnudeln (a) mit Broccoli-Pilz-Rahm (g) oder Pesto Rosso dazu geriebener Käse (g)	gebratener Tofu (f) Dillsauce (f), Möhrengemüse & Kartoffelstampf (g)	Chili sin Carne (f) mit Kräuterreis	Couscous Gemüsepfanne (a) Tomatensahnesauce
<b>Nachtisch</b>					Quarkspeise mit Himbeersauce
<b>Mittagessen Veganer</b>	veganer Hirtenkäse Blumenkohl, Kartoffelecken & Currysauce	Spiralnudeln (a) mit Broccoli-Pilz-Rahm (f) oder Pesto Rosso dazu veganen geriebener Käse (g)	gebratener Tofu (f) Dillsauce (f), Möhrengemüse & Kartoffelstampf	Chili sin Carne (f) mit Kräuterreis	Couscous Gemüsepfanne (a) Tomatensahnesauce
<b>Nachtisch</b>					

Änderungen vorbehalten!

"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.

angebotenen Speisen können Spuren von Gluten, Ei, Soja, Sellerie, Sesam, Senf und Schwefel enthalten.

Alle