





MO

Eisbergsalat
dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)
Ravioli in Tomate
(mit Gemüse und Käse gefüllte Nudeln)
(GL,KN,LK,MN,MÖ,MP,SJ,TO,WE,ZI,ZU,ZW)
Obst

 Knabberrohkost
Bulgur (GL,WE)
Kichererbsentopf
(ERB,GL,KN,MÖ,PA,SJ,TO,WE,ZI,ZU,ZW)
(Kichererbsen mit Tomaten, Zucchini, Paprika und Möhren)
Obst

 **Schülerkracher**
Currywurstpita
Knabberrohkost
Pitabrötchen (GL,WE,ZU), Currywurst in Tomate
(5,CU,FL,KN,MN,PA,SF,TO,ZI,ZU,ZW), Salat
Obst

DI

Knabberrohkost
 Naturreis
Gemüsefrikassee (ERB,GL,LK,MÖ,MP,WE,ZW)
Stracciatellajoghurt (FRU,LK,MP,SJ,ZU)

Knabberrohkost
Polenta (LK,MN,MP,ZW)
Brokkoli-Pilzpflanne (LK,MP,PI,ZW)
Stracciatellajoghurt (FRU,LK,MP,SJ,ZU)




 Knabberrohkost
 Naturreis
Hühnerfrikassee mit  Huhn
(ERB,FL,GL,LK,MÖ,MP,WE,ZW)
Stracciatellajoghurt (FRU,LK,MP,SJ,ZU)

MI



 Salzkartoffeln
Rahmspinat (GL,LK,MN,MP,WE,ZW)
Backfisch (Alaska-Seelachsfilet) (FI,GL,SF,WE)
Obst

Knabberrohkost mit Dip (KN,LK,MP,SF)
Moussaka
(GL,KN,LK,MP,SL,TO,WE,ZI,ZU,ZW)
(Auflauf mit Kartoffeln, Auberginen und Tomate)
Obst

DO

 Möhrensalat (AP,MÖ,ZI,ZU)
 Vollkornspirelli (GL,WE)
Käsesahnesoße (FRU,LK,MP,ZI,ZU,ZW)
 Haferlinge (GL,HA,NÜ,SJ,ZU)

 Knabberrohkost
Chili sin Carne
(BO,KN,PA,TO,ZI,ZU,ZW)
Vollkornfladenbrot (GL,RO,SE,WE)
 Haferlinge (GL,HA,NÜ,SJ,ZU)

Knabberrohkost
Chili con Carne mit  Rind
(BO,FL,KN,PA,TO,ZI,ZU,ZW)
Vollkornfladenbrot (GL,RO,SE,WE)
 Haferlinge (GL,HA,NÜ,SJ,ZU)

FR

Knabberrohkost
Grießbrei (GL,LK,MP,WE,ZU)
dazu heiße Kirschen (FRU,ZU)

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)
Bechamelkartoffeln (GL,LK,MP,WE,ZW)
Veg. Nuggets (GL,SJ,WE)
Obst

 Gurkensalat (5,6,SW,ZU)
Bechamelkartoffeln (GL,LK,MP,WE,ZW)
Geflügelfrikadelle (EI,FL,GL,WE,ZW)
Obst

