



MO



Knabberrohkost

Grießbrei (GL,LK,MP,WE,ZU)
dazu Pflaumensoße (ZU), heiß

Salatmix (MÖ,PA)
dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)
Bechamelkartoffeln (GL,LK,MP,WE,ZW)
Veg. Schnitzel (GL,HA,SJ,WE)
Obst

Salatmix (MÖ,PA)
dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)
Bechamelkartoffeln (GL,LK,MP,WE,ZW)
Chicken Crossies
(FL,GL,MP,NÜ,SF,SL,WE)
Obst

DI

Knabberrohkost

Ravioli in Tomate
(GL,KN,LK,MN,MÖ,MP,SJ,TO,WE,ZI,ZU,ZW)
 Schoko-Cookie (GL,NÜ,WE,ZU)



Knabberrohkost

Bulgur (GL,WE)
Kichererbsentopf
(Kichererbsen, Tomaten, Zucchini, Möhren, Paprika)
(ERB,GL,KN,MÖ,PA,SJ,TO,WE,ZI,ZU,ZW)
 Schoko-Cookie (GL,NÜ,WE,ZU)



Schülerkracher
Veggieburger zum Selberbasteln
Knabberrohkost, Brötchen (GL,RO,WE)
Veg. Burger (EI,GL,SJ,WE,ZW), Dressing
(KN,LK,MP,TO,ZU), Salat
 Schoko-Cookie (GL,NÜ,WE,ZU)

MI



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

Tomaten-Mozzarella-Salat (MP,TO,FRU,HO,SF)
Gemüselasagne
(EI,GL,KN,LK,MN,MÖ,MP,SL,TO,WE,ZI,ZU,ZW)
Obst

DO

Knabberrohkost

Naturreis
Gemüsefrikassee (ERB,GL,LK,MÖ,MP,WE,ZW)
Vanillepudding (LK,MP,ZU)

Knabberrohkost
Orientalische Linsensuppe
(CU,LK,MÖ,MP,ZW)
Sesamring (GL,SE,WE,ZU)
Vanillepudding (LK,MP,ZU)



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

FR

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)
 Vollkornspirelli (GL,WE)
Käsesahnesoße (FRU,LK,MP,ZI,ZU,ZW)
Obst



Knabberrohkost
Chili sin Carne (BO,KN,PA,TO,ZI,ZU,ZW)
mit Schmanddip (LK,MP)
Vollkornfladenbrot (GL,RO,SE,WE)
Honigjoghurt (FRU,HO,LK,MP)

Knabberrohkost
Chili con Carne mit Rind
(BO,FL,KN,PA,TO,ZI,ZU,ZW)
mit Schmanddip (LK,MP)
Vollkornfladenbrot (GL,RO,SE,WE)
Honigjoghurt (FRU,HO,LK,MP)

