



MO

Knabberrohkost
Salzkartoffeln
Ei in Rahmspinat (WE,MP,GL,LK,MN,ZW,EI,ZI)
Obst

Knabberrohkost
Orientalische Linsensuppe (MP,CU,LK,MÖ,ZW)
(Suppe aus roten Linsen und Möhren, orientalisch gewürzt)
Sesamring (WE,SE,GL,ZU)
Obst

Schülerkracher
Pita zum Selberbasteln
Pitabrötchen (WE,GL), Salatmix (MÖ,PA)
Joghurtdressing (MP,KN,LK), Putenbruststreifen (FL)
Obst

DI

Knabberrohkost
 Naturreis
Veg. Bällchen (WE,GER,SJ,SF,GL,KN,ZI,ZU,ZW)
in fruchtiger Currysoße
(Currysoße mit Mandarinen und Ananas)
(WE,MP,CU,FRU,GL,KN,LK,PA,TO,ZI,ZU,ZW)
 Fruchtwaffeln (WE,DI,SJ,MP,GL,LK,NÜ,ZI,ZU)

Eisbergsalat
dazu Zitronenvinaigrette (5,6,SF,SW,ZI,ZU)
 Penne (WE,GL)
Thunfischsoße (FI,SJ,KN,TO,ZI,ZU,ZW)
 Fruchtwaffeln (WE,DI,SJ,MP,GL,LK,NÜ,ZI,ZU)

MI

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
Prinzeßbohnen (BO)
dazu Petersilienbutter (MP)
Grünkern-Frikadelle (WE,EI,MP,GL,LK,MÖ,ZI,ZW)
Obst

Salzkartoffeln
Rotkohl (5,6,SW,AP,FRU,MN,ZI,ZU)
Grünkern-Frikadelle (WE,EI,MP,GL,LK,MÖ,ZI,ZW)
Obst

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
Prinzeßbohnen (BO)
dazu Petersilienbutter (MP)
Hähnchenkeule (FL,PA)
Obst

DO

Knabberrohkost
 Vollkornspirelli (WE,GL)
Tomatensoße (WE,GL,TO,ZU,ZW)
dazu geriebenen Käse (MP)
Stracciatellaquark (SJ,MP,FRU,LK,ZU)

Knabberrohkost
dazu Tomaten-Frischkäse-Dip (MP,KN,LK,TO,ZI)
Lauchquiche (WE,EI,MP,GL,LK,MN,ZI,ZW)
Stracciatellaquark (SJ,MP,FRU,LK,ZU)

FR

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)
Kartoffelgratin (MP,LK,MN,ZW)
Obst

Knabberrohkost
Steckrübeneintopf (SJ,MÖ,ZW)
(Eintopf mit Steckrüben, Kartoffeln, Möhren und Räuchertofu)
Weltmeisterbrötchen (WE,RO,SE,GL)
Obst

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)
Parboiled Reis
Rindergeschnetzeltes mit Rind
(WE,MP,FL,GL,KN,LK,PA,PI,ZW)
Obst

