



MO

Knabberrohkost
 Bulgur (WE, GL)
Veg. Bällchen (Bällchen aus Weizen und Soja)
 (WE, GER, SJ, SF, GL, KN, ZI, ZU, ZW)
 dazu Tomatensoße (KN, TO, ZI, ZU, ZW)
 Obst

Salzkartoffeln
Back-Camembert (WE, MP, GL)
 dazu Blattspinat (MP, KN, LK, ZW)
 Obst

DI

Knabberrohkost
 Vollkornspirelli (WE, GL)
Brokkolisöße (WE, MP, GL, KN, LK, MN, ZW)
 Joghurt-Reiswaffel (MP, SE, LK, ZU)

Rotkohlsalat (5, 6, SW, AP, ZU)
 Vollkornspirelli (WE, GL)
Gorgonzolasöße (MP, KN, LK, ZU, ZW)
 Studentenfutter (MA, HN, CA, FRU, NÜ)

Knabberrohkost
 Vollkornspirelli (WE, GL)
Rinderhackbolognese mit Rind
 (FL, TO, ZI, ZU, ZW)
 Joghurt-Reiswaffel (MP, SE, LK, ZU)

MI

Gurkensalat (5, 6, SW, ZU)
 Bechamelkartoffeln (WE, MP, GL, LK, ZW)
Gemüsefrikadelle
 (HA, MP, ERB, GL, LK, MN, MÖ, ZW)
 (veg. Frikadelle mit Haferflocken, Erbsen,
 Möhren und Zucchini)
 Obst

Knabberrohkost
Couscoustopf mit Rosinen
 (mit Bulgur, Kichererbsen, Paprika, Fenchel, Möhren, Porree
 und Rosinen)
 (WE, ERB, FRU, GL, KN, MÖ, PA, ZU, ZW)
 dazu Soja-Minze-Dip (SJ)
 Obst



Gurkensalat (5, 6, SW, ZU)
 Bechamelkartoffeln (WE, MP, GL, LK, ZW)
Mini Geflügelwiener
 (3, 5, FL, MÖ, TO, ZU, ZW)
 Obst

DO

Knabberrohkost
Kartoffelcremesuppe (MP, LK, MN, MÖ, ZW)
 dazu Dinkelbrötchen (WE, RO, DI, GL)
 Schoko-Mandelkuchen
 (WE, EI, SJ, MP, MA, HN, GL, NÜ, ZI, ZU)

Eisbergsalat
 dazu Vinaigrette (5, 6, SF, SW, ZU)
 Parboiled Reis
Lachs-Erbsensoße (WE, FI, MP, ERB, GL, LK, ZW)
 Schoko-Mandelkuchen
 (WE, EI, SJ, MP, MA, HN, GL, NÜ, ZI, ZU)



Schülerkracher
 Knabberrohkost
Fischburger zum Selberbasteln
 Eisbergsalat, Brötchen (WE, EI, SJ, MP, SF, SE, LU, GL, ZU)
 Remoulade (2, 5, EI, SF, ZU, ZW)
 Fischfrikadelle (WE, EI, FI, MP, SF, GL, LK, ZW)
 Obst

FR

Knabberrohkost
 Knöpfle (WE, EI, GL) (Spätzle)
Möhren-Gulasch (MP, SL, KN, MÖ, PA, TO, ZW)
 (Eintopf mit Möhren, Kartoffeln, Zwiebeln und Sellerie)
 Mandarinenquark (MP, FRU, LK, ZI, ZU)

Knabberrohkost
Gabelspaghettiauflauf
 (WE, MP, GL, KN, LK, TO, ZI, ZU, ZW)
 Obst

