



MO

Knabberrohkost  
**Tomatensuppe mit Muschelnudeln**  
 (WE,EI,SL,GL,KN,MÖ,TO,ZI,ZU,ZW)  
 Haferbrötchen (WE,RO,HA,GL)  
 Doppelkeks (WE,SJ,MP,GL,LK,NÜ,ZU)

Krautsalat (5,6,SW,ZU)  
 Parboiled Reis  
**Vegetarisches Gyros** (SJ,KN,ZW)  
 (Soja Gyros)  
 mit Tsatsiki (MP,KN,LK)  
 Obst

Krautsalat (5,6,SW,ZU)  
 Parboiled Reis  
**Geflügelgyros** (FL,KN,ZW)  
 mit Tsatsiki (MP,KN,LK)  
 Obst

DI

Salzkartoffeln  
 Rahmspinat (WE,MP,GL,LK,MN,ZW)  
**Backfisch** (WE,FI,GL,KN,PA)  
 (Alaska-Seelachsfilet im Teigmantel)  
 Obst

Knabberrohkost  
 dazu Buttermilch-Schmand-Dip (MP,SF,KN,LK)  
 Schupfnudeln (WE,EI,GL)  
**Gemüsepfanne** (MP,ERB,LK,MÖ,PA,PI,ZW)  
 (mit Möhren, Erbsen, Champignons, Paprika und Mais)  
 Apfelchips (AP,FRU)

3

MI

Möhrensalat (AP,MÖ,ZI,ZU)  
 Vollkornspirelli (WE,GL)  
**Käsesahnesoße** (MP,FRU,LK,ZI,ZU,ZW)  
 Obst

Knabberrohkost  
**Gabelspaghettiauflauf**  
 (WE,MP,GL,KN,LK,TO,ZI,ZU,ZW)  
 Stracciatellaquark (SJ,MP,FRU,LK,ZU)

**Schülerkracher**  
**Veg. Wrap zum Selberbasteln**  
 Tortillafladen (WE,GL), Salatmix  
 Käse (MP), American Dressing (MP,KN,LK,TO,ZU)  
 Stracciatellaquark (SJ,MP,FRU,LK,ZU)

DO

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)  
 Erbsen (ERB)  
 dazu Zitronenbutter (MP,ZI)  
**Sonnenblumenkern-Frikadelle**  
 (HA,MP,GL,LK,MN,ZW)  
 Obst

Salzkartoffeln  
 Blumenkohl in Rahm (MP,LK,MN,ZW)  
**Sonnenblumenkern-Frikadelle**  
 (HA,MP,GL,LK,MN,ZW)  
 Obst

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)  
 Erbsen (ERB)  
 dazu Zitronenbutter (MP,ZI)  
**Rindsfrikadelle** (WE,EI,FL,GL,ZW)  
 Obst

FR

Knabberrohkost  
**Maultaschen in Gemüsebouillon**  
 (WE,SJ,SL,GL,MÖ,ZW) (Suppe mit Maultaschen, feinen  
 Gemüwestreifen, Porree und Petersilie)  
 Käsebaguette (WE,RO,MP,GL)  
 Vanillepudding (MP,LK,ZU)

Knabberrohkost  
**Pizza Mozzarella** (WE,MP,GL,KN,TO,ZI)  
 Vanillepudding (MP,LK,ZU)

3

