



MO

Knabberrohkost
 Vollkornspirelli (WE, GL)
Feine Paprikasoße
 (FRU, KN, PA, TO, ZI, ZW)
 Obst



Knabberrohkost
 Vollkornspirelli (WE, GL)
Quattro Formaggi (MP, KN, LK, ZW)
 (Soße aus verschiedenen Käsesorten)
 Apfelchips (AP, FRU)

Knabberrohkost
 Vollkornspirelli (WE, GL)
Rinderhackbolognese mit Rind
 (FL, TO, ZI, ZU, ZW)
 Apfelchips (AP, FRU)

DI

Salatmix (MÖ, PA)
 dazu Vinaigrette (5, 6, SF, SW, ZU)
 Bechamelkartoffeln (WE, MP, GL, LK, ZW)
Gemüsefrikadelle (HA, MP, ERB, GL, LK, MN, MÖ, ZW)
 (veg. Frikadelle aus Haferflocken, Erbsen, Möhren und Zucchini)
 Obst

Knabberrohkost
Möhren-Kohlrabi-Eintopf (MÖ, ZW)
 Kürbiskernbrötchen (WE, RO, GL)
 Himbeerquark (MP, FRU, LK, ZI, ZU)

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

MI

Gurkensalat (5, 6, SW, ZU)
 Naturreis
Blumenkohl in milder Käsesoße (MP, LK)
 Fruchtwaffeln (WE, DI, SJ, MP, GL, LK, NÜ, ZI, ZU)

Gurkensalat (5, 6, SW, ZU)
Nudel-Lachs-Auflauf mit Spirelli
 (WE, FI, MP, GL, LK, ZW)
 Obst

Schülerkracher
 Knabberrohkost
 Djuwetschreis (ERB, KN, PA, TO, ZI, ZU, ZW)
 (Reisgericht mit Tomaten, Erbsen, Paprika)
Fischfrikadelle (WE, EI, FI, MP, SF, GL, LK, ZW)
 (Alaska Seelachs, Kabeljau, Seelachs, Schellfisch, Seehecht)
 dazu Sour cream (MP, LK)

DO

Knabberrohkost
 Kartoffelbrei (MP, LK, MN)
Veg. Köttbullar (WE, GER, SJ, SF, GL, KN, ZI, ZW)
 (Bällchen aus Weizen und Soja)
dazu Rahmsoße (WE, MP, GL, KN, LK, PA, TO, ZW)
 mit Preiselbeer-Dip (FRU, ZU)
 Obst

Knabberrohkost
Buntes Ofengemüse (KN, MÖ, PA, ZW)
 (mit Möhren, Zucchini, Paprika und Zwiebeln)
 dazu Frischkäsedip Fetaart (MP, KN, LK)
 Pitabrötchen (WE, GL)
 Obst

Obst

FR

Knabberrohkost
Kullererbsensuppe (MP, SL, ERB, LK, MÖ, ZW)
 dazu Maismehlbrötchen (WE, GL)
 Schokoladenpudding (SJ, MP, MA, HN, LK, NÜ, ZU)

Knabberrohkost
 Bulgur-Salat mit Bulgur (WE, GL, PA, TO, ZI)
 (mit Tomaten, Gurken und Paprika angemacht mit Zitronen-Petersilien Dressing)
Back-Camembert (WE, MP, GL)
 Schokoladenpudding (SJ, MP, MA, HN, LK, NÜ, ZU)

Obst

