



MO

1

Neujahr

3

DI

Kartoffelbrei (MP, LK, MN)
Gemüsemais
dazu frische Butter (MP)
Vegane Frikadelle (WE, GER, GL, SJ, ZI, ZW)
(aus Soja und Weizen)
Obst

Salzkartoffeln
Spitzkohl in Rahm (WE, MP, LK, GL, MN, ZW)
Vegane Frikadelle (WE, GER, SJ, ZI, ZW)
(aus Soja und Weizen)
Obst

Kartoffelbrei (MP, LK, MN)
Gemüsemais
Frische Butter (MP)
Hähnchenbrustfilet (FL)
Obst

MI

Grüner Salat
dazu Vinaigrette (5, 6, SF, SW, ZU)
 Vollkorn-Penne (WE, GL)
Rosa Frischkäsesoße (WE, MP, LK, GL, TO, ZI, ZW)
Obst

Knabberrohkost (MÖ, PA)
 Vollkorn-Penne (WE, GL)
Thunfischsoße (FI, KN, TO, ZI, ZU, ZW)
Obst (MP, LK, SJ, FRU, ZU)



DO

Knabberrohkost (MÖ, PA)
Salzkartoffeln
Getreideklopse (WE, EI, SJ, SL, GL, ERB, KN, ZI, ZW)
dazu Königsberger Soße (5, 6, WE, MP, LK, SW, GL, KN, ZU)
BIO Vollkornkeks
(WE, GER, HA, DI, SJ, MP, LK, MA, HN, SE, GL, NÜ, AP, ERB, FRU, HO, MN, ZI, ZU)

Knabberrohkost (MÖ, PA)
mit Hummus (SE, KN, PA, ZI) (Mus aus Kichererbsen)
Gelbe Linsensuppe (5, 6, SL, SW, TO, ZW)
(Suppe aus Linsen, Tomaten, Sellerie, Kartoffeln und Porreeeringen)
dazu Sesamring (WE, SE, GL, ZU)
Obst



FR

Knabberrohkost (MÖ, PA)
Cannelloni
(WE, EI, MP, LK, SF, SW, KT, GL, KN, MN, TO, ZI, ZU, ZW)
(Nudeln gefüllt mit Spinat und Ricotta in Tomatensoße und Käse überbacken)
Bananenquark (MP, LK, FRU, ZI, ZU)

Weißkrautsalat (5, 6, SW, ZU)
Parboiled Reis
Vegetarisches Gyros (SJ, KN, ZW) (Soja-Gyros)
dazu Tsatsiki (MP, LK, KN)
Obst

Weißkrautsalat (5, 6, SW, ZU)
Parboiled Reis
Hähnchengyros (FL, KN, ZW)
dazu Tsatsiki (MP, LK, KN)
Obst

