



MO

Knabberrohkost  
Salzkartoffeln  
**Blumenkohl in milder Käsesoße** (MP,LK)  
Mangoquark (MP,LK,FRU,ZI,ZU)



Knabberrohkost

Parboiled Reis

**Thailändisches Lachscurry**

(FI,KT,BO,CU,FRU,KN,MÖ,TO,ZI,ZU,ZW) (Currysoße mit Lachswürfeln, Möhren, Ananas und Prinzebohnen)

Mangoquark (MP,LK,FRU,ZI,ZU)

DI

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



Knabberrohkost

Vollkornspirelli (WE,GL)

**Geflügelhackbällchen**

(WE,EI,FL,GL,PA,ZW)

**dazu Tomatensoße** (KN,TO,ZI,ZU,ZW)

Obst

MI

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)  
Salzkartoffeln  
**Grünkernbraten**  
(WE,DI,EI,MP,WA,GL,MN,MÖ,NÜ,ZW) (Braten aus Grünkerngetreide, Möhren, Porree, Walnusskernen, Ei und Käse)  
dazu Rahmsoße (WE,MP,LK,GL,KN,PA,TO,ZW)  
Erdbeer-Orangensmoothie (FRU,ZI)



Knabberrohkost

dazu Hummus (SE,ERB,KN,PA,ZI) (Mus aus Kichererbsen)

**Gelbe Linsensuppe** (KN,MÖ,ZW)

(Suppe aus gelben Linsen, Kokosmilch, Kartoffeln und Möhren)

mit Sesambrotchen (WE,RO,SE,GL)

Erdbeer-Orangensmoothie (FRU,ZI)



DO

Knabberrohkost  
**Gnocchi-Spinat-Auflauf**  
(WE,EI,MP,LK,GL,KN,MN,ZW)  
Obst



Hirtensalat (5,MP,PA,TO,ZI,ZU) (Salat aus Weißkohl, Gurken, Tomaten, Paprika, Oliven und Käse nach Fetaart)

Griechische Nudeln (WE,GL)

(kleine Nudeln in Reisform)

**Ratatouille** (KN,PA,TO,ZI,ZW) (Gemüse Eintopf mit Paprika, Aubergine, Tomate, Zucchini, Knoblauch, Rosmarin)

Obst

FR

Knabberrohkost  
**Möhren-Kartoffel-Eintopf**  
(WE,MP,LK,GL,MÖ,ZW)  
mit Vollkornbrötchen (WE,RO,GL)  
Eierwaffel (WE,EI,SJ,MP,LU,GL,NÜ,ZU)

Knabberrohkost

dazu Joghurt-Quark-Dip (MP,LK)

**Pizza Mozzarella** (WE,MP,GL,KN,TO,ZI)

Eierwaffel (WE,EI,SJ,MP,LU,GL,NÜ,ZU)

