





MO



Knabberrohkost
 Naturreis
Veg. Bällchen (WE,GER,SJ,GL,ZI,ZW)
 (aus Weizen und Soja)
dazu Thymiansoße (MP,LK,TO,ZW)
 Heidelbeerjoghurt (MP,LK,FRU,ZU)


Knabberrohkost
Weißkohleintopf (ZW)
 (Eintopf mit Weißkohl, Kartoffeln, Zwiebeln und Petersilie)
 mit Kürbiskernbrötchen (WE,RO,GL)
 Obst



 Knabberrohkost
 Parboiled Reis
Rindsgulasch mit  Rind
 (FL,PA,TO,ZI,ZW)
 Heidelbeerjoghurt (MP,LK,FRU,ZU)

DI

 Bunter Blattsalat
 dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)
 Vollkornspirelli (WE,GL)
Tomatensoße (WE,GL,TO,ZI,ZU,ZW)
 dazu geriebenen Käse (MP)
 Obst

Knabberrohkost
 Spinatknödel (WE,EI,GL,KN,TO,ZW)
Quattro Formaggi (MP,LK,KN,ZW)
 (Soße aus verschiedenen Käsesorten)
 Obst


MI



 Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
 Gemüsemais
 dazu Kräuterbutter (MP,KN)
Grünkernbratling (WE,DI,EI,MP,LK,GL,MÖ,ZW)
 (aus Grünkerngetreide, Möhren, Porree, Quark, Ei und Käse)
 Obst

Bunter Gartensalat (5,6,SW,PA,ZU,ZW)
 (Salat aus Gurken, Paprika und Maiskörnern)
Zwiebelkuchen (WE,EI,MP,LK,GL,MN,ZW)
 Obst

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
 Gemüsemais
 dazu Kräuterbutter (MP,KN)
Mini-Geflügelfrikadellen
 (WE,EI,SF,FL,GL,MÖ,ZW)
 Obst


DO

Knabberrohkost
Kartoffel-Blumenkohl-Käse-Auflauf 
 (MP,LK,MN) (überbackener Auflauf aus Kartoffeln und
 Blumenkohl in einer milden Käsesoße)
 Schokokuchen
 (1,WE,EI,SJ,MP,MA,HN,FRU,GL,NÜ,ZI,ZU)


 Gurkensalat (5,6,SW,ZU)
 Bandnudeln (WE,GL)
Lachs-Dillsoße (WE,FI,MP,LK,GL,ZW)
 Schokokuchen
 (1,WE,EI,SJ,MP,MA,HN,FRU,GL,NÜ,ZI,ZU)

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
 Gemüsemais
 dazu Kräuterbutter (MP,KN)
Mini-Geflügelfrikadellen
 (WE,EI,SF,FL,GL,MÖ,ZW)
 Obst

FR

 Knabberrohkost
Kullererbsensuppe (MP,LK,SL,ERB,MÖ,ZW)
 mit Vollkornfladenbrot (WE,RO,SE,GL)
 Obst

Knabberrohkost
 Wildreis (schwarzkörniger Reis)
Möhren in mildem Curryrahm
 (WE,MP,LK,CU,GL,KN,MN,MÖ,PA,ZU,ZW)
 Obst

 **Schülerkracher**
 Knabberrohkost
Eierpfannkuchen (WE,EI,MP,LK,GL,ZU)
 dazu Apfelmus (5,AP,FRU,ZI,ZU)
 Obst

