







MO

Knabberrohkost
Buchstabennudelsuppe (WE,EI,SL,GL,MÖ,ZW)
 (mit Möhren, Blumenkohl und Porree)
 dazu Käsebaguette (WE,RO,MP,GL)
 Obst

Knabberrohkost
 Naturreis
veg. Gulasch (WE,SJ,MP,LK,GL,PA,PI,TO,ZI,ZW)
 (Soja-Gulasch mit Paprika, Tomate und Champignons)
 Apfelchips (AP,FRU)

 Knabberrohkost
 Naturreis
Rindsgulasch mit Rind
 (FL,PA,TO,ZI,ZW)
 Apfelchips (AP,FRU)



DI



 Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
 Prinzeßbohnen, pur (BO)
 dazu Kräuter-Frischkäse-Dip (MP,LK,ZI)
Couscous-Bratling (WE,HA,MP,LK,GL,MÖ)
 (veg. Frikadelle aus Couscous, Haferflocken, Möhren, Zucchini und Joghurt)
 Obst

Salzkartoffeln
 Möhregemüse (WE,MP,LK,GL,MÖ)
Couscous-Bratling (WE,HA,MP,LK,GL,MÖ)
 (veg. Frikadelle aus Couscous, Haferflocken, Möhren, Zucchini und Joghurt)
 Obst

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
 Prinzeßbohnen, pur (BO)
 dazu Kräuterbutter (MP,KN)
Geflügel Cordon Bleu
 (1,2,3,7,WE,MP,LK,SL,ERB,FL,GL)
 (paniertes Hähnchenbrustfilet gefüllt mit Geflügelfleisch und Käse)
 Obst

MI

 Knabberrohkost
 Vollkornspirelli (WE,GL)
Spinatsoße (WE,MP,LK,GL,KN,MN,ZW)
 Kirschquark (MP,LK,FRU,ZI,ZU)

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

 **Schülerkracher**
 Knabberrohkost
Backfischbrötchen zum Selberbasteln
 Vollkornbaguette (WE,RO,GL), Backfisch
 (WE,FI,GL,KN,PA) (Alaska-Seelachsfilet im Teigmantel),
 Remoulade (2,5,EI,SF,ZU,ZW), Eisbergsalat
 Obst

DO

 Eisbergsalat
 dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)
Kartoffel-Seelachs-Auflauf
 (FI,MP,LK,SF,MÖ,ZI,ZW)
 Obst

Knabberrohkost
 Salzkartoffeln
Ei in Petersiliensoße (WE,EI,MP,LK,GL,ZI,ZW)
 Obst

FR

Knabberrohkost
Kaiserschmarrn (WE,EI,MP,LK,GL,ZU)
 mit heißen Kirschen (FRU,ZU)
 Obst

 Knabberrohkost
 dazu Soja-Kräuter-Dip (SJ,KN)
 Bulgur (WE,GL) (Schrot aus Hartweizen)
Ratatouille (KN,PA,TO,ZI,ZW) (Gemüseintopf mit
 Paprika, Aubergine, Tomate, Zucchini, Knoblauch, Rosmarin)
 Obst

