








MO

Knabberrohkost
Süßkartoffelsuppe (MP,LK,CU,MÖ,ZW)
 mit Vollkornbrötchen (WE,RO,DI,GL)
 Erdbeerquark (MP,LK,FRU,ZU)

Knabberrohkost
 Naturreis
Tofufrikassee mit  Tofu
 (WE,SJ,MP,LK,ERB,GL,MÖ,ZW)
 (mit Erbsen, Möhren und Spargel)
 Erdbeerquark (MP,LK,FRU,ZU)

 Knabberrohkost
 Naturreis
Hühnerfrikassee mit  Huhn
 (WE,MP,LK,ERB,FL,GL,MÖ,ZW)
 Erdbeerquark (MP,LK,FRU,ZU)

DI

 Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
 Gemüsemais
 dazu Petersilienbutter (MP)
Grünkern-Frikadelle
 (WE,DI,EI,MP,LK,GL,MÖ,ZW)
 (aus Grünkerngetreide, Möhren, Porree, Quark, Ei und Käse)
 Obst

Salzkartoffeln
 Kohlrabi in Rahm (WE,MP,LK,GL,MN)
Grünkern-Frikadelle
 (WE,DI,EI,MP,LK,GL,MÖ,ZW)
 (aus Grünkerngetreide, Möhren, Porree, Quark, Ei und Käse)
 Obst

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)
 Gemüsemais
 dazu Petersilienbutter (MP)
Hähnchenbrustfilet (FL)
 Obst

MI


 Knabberrohkost
Maultaschen in Tomate
 (WE,EI,SL,ERB,GL,MÖ,TO,ZI,ZU,ZW)
 Obst

Knabberrohkost
 Basmatireis
süß-saures Chinagemüse
 (WE,SJ,FRU,GL,PA,TO,ZI,ZW)
 (mit Weißkohl,  Tofu, Ananas, Paprika und Porree)
 Bananenchips (FRU,ZU)



 **Sommerteller**
Wrap zum Selberbasteln
 Tortillafladen (WE,GL),
 Salatmix (MÖ,PA) (Eisbergsalat, Mais, Möhre, Paprika),
 Käse (MP), American Dressing (MP,LK,KN,TO,ZU)
 Obst

DO



 Grüner Salat
 dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)
 Salzkartoffeln
Backfisch (WE,FI,GL,KN,PA)
 (Alaska-Seelachsfilet im Teigmantel)
 mit Remoulade (1,8,WE,EI,MP,LK,SF,GL,ZU)
 Obst

Knabberrohkost
Kartoffel-Brokkoli-Auflauf (MP,LK,MN)
 Pfirsich-Milchshake (MP,LK,FRU,ZI,ZU)

FR

Knabberrohkost
 dazu Kräuterquarkdip (MP,LK,KN)
Grießbrei (WE,MP,LK,GL,ZU)
 dazu Himbeersoße, kalt (FRU,ZU)
 Obst

  Möhrensalat (AP,FRU,MÖ,ZI,ZU)
 Vollkornspirelli (WE,GL)
Frische Erbsensoße (MP,LK,ERB,ZI,ZW)
 Schoko-Cookie
 (WE,EI,SJ,MP,MA,SL,SE,GL,NÜ,ZU)

 **Schülerkracher**
 Knabberrohkost
Crunchy Chicken Burger zum Selberbasteln
 Sesam-Burgerbrötchen (WE,EI,SJ,MP,SE,GL), Eisbergsalat,
 Ketchup (TO,ZU), Crunchy Chicken Patty (WE,GER,FL,GL)
 (Patty aus Hähnchenbrustfilet mit Cornflakes Panade)
 Schoko-Cookie (WE,EI,SJ,MP,MA,SL,SE,GL,NÜ,ZU)

