






MO

Knabberrohkost  
 Pellkartoffeln  
**Blumenkohl in milder Käsesoße** (MP,LK)  
 Erdbeerquark (MP,LK,FRU,ZU)

 Knabberrohkost  
 Basmatireis  
**Lachs-Möhrensoße** (FI,KN,MÖ,ZW)  
 Erdbeerquark (MP,LK,FRU,ZU)

3

DI

 Eisbergsalat  
 mit French Dressing (5,6,MP,LK,SF,SW,KN,ZU)  
 Vollkornspirelli (WE,GL)  
**Gemüsebolognese** (SL,TO,ZI,ZU,ZW)  
 (Tomatenbolognese mit Mais und Zucchini)  
 dazu geriebener Hartkäse (MP)  
 Obst



Knabberrohkost  
**Orientalische Linsensuppe** (MP,LK,CU,MÖ,ZW)  
 (Suppe aus roten Linsen und Möhren, orientalisch gewürzt)  
 dazu Sesamring (WE,SE,GL,ZU)  
 Obst

**Salatteller „Sommerfrische“**  
 (5,6,MP,SW,FRU,MÖ,PA,ZI,ZU)  
 (mit Eisbergsalat, Weißkrautsalat, Paprika, Möhren, Mais,  
 Gurken, Weintrauben, Sonnenblumenkernen und Käse)  
 mit French Dressing (5,6,MP,LK,SF,SW,KN,ZU)  
 (Dressing aus saurer Sahne, Senf und versch. Gewürzen)  
 dazu Dinkelbrötchen (WE,RO,DI,GL)  
 Obst


MI

Salzkartoffeln  
 Schnippelbohnen (WE,MP,LK,BO,GL)  
**Mini Bratis** (WE,HA,MP,LK,GL,MÖ)  
 (veg. Mini-Frikadellen aus Couscous, Haferflocken, Möhren,  
 Zucchini und Joghurt)  
 Obst

Knabberrohkost  
**Zucchiniquiche** (WE,EI,MP,LK,GL,TO)  
 Schokoladenpudding (SJ,MP,LK,MA,HN,NÜ,ZU)

 Salzkartoffeln  
 Schnippelbohnen (WE,MP,LK,BO,GL)  
 **Rindsfrikadelle** (WE,EI,FL,GL,ZW)  
 Obst

DO

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)  
**Tortelliniauflauf mit Brokkoli**  
 (WE,MP,LK,ERB,GL,KN,MÖ,PA,TO,ZW)  
 Tortellini (Gemüsefüllung) und Brokkoli in heller Soße mit  
 Käse überbacken)  
 Obst

 Knabberrohkost  
 Griechische Reismudeln (WE,GL)  
 (Kleine Nudeln in Reisform)  
**Ratatouille** (KN,PA,TO,ZI,ZW)  
 (Gemüseintopf mit Paprika, Aubergine, Tomate, Zucchini,  
 Knoblauch und Rosmarin)  
 Pfirsich-Aprikosen-Smoothie (FRU,ZI,ZU)



3

FR

 Knabberrohkost  
 mit Kräuterquarkdip (MP,LK,KN)  
**Toskanischer Kartoffeltopf**  
 (MP,LK,SL,KN,PA,ZW)  
 (Eintopf mit Kartoffelwürfeln, Paprika und Sellerie)  
 dazu Vollkornbrötchen (WE,RO,GL)  
 Überraschungskuchen (selbstgebacken)  
 (1,WE,EI,SJ,MP,LK,MA,HN,AP,FRU,GL,MÖ,NÜ,ZI,ZU)

Kartoffelbrei (MP,LK,MN)  
 Blattspinat (MP,LK,KN,ZW)  
**Back-Camembert** (WE,MP,GL)  
 (panierter Camembert)  
 Obst

3

