

Speiseplan für die Woche vom 03.10. – 07.10.2022



Wochentag	Frühstück	Mittagessen	Brotzeit
Montag		Tag der Deutschen Einheit	
Dienstag	Dinkelflakes ^G mit Milch	Wurstgulasch ^{G,SEL,L} Bunte Fussili ^G , Gurkensalat Obst	Müsli ^G mit Joghurt ^L
Mittwoch	Laugenstange ^G und körniger Frischkäse ^L	Kürbiscremesuppe mit Kokosmilch ^{SEL} Vollkornbrot ^G Milchreis ^L mit Apfelmus	Vollkornbrot ^L mit Butter ^L und Käse ^L
Donnerstag	Bauernbrot ^G mit Butter ^L Und Fruchtaufstrich	Serviettenknödel ^{G,E,L} Champignonsoße ^{SEL} Karotten-Apfel-Rohkost Obst	bunter Salat ^G
Freitag	Roggenkrüstchen ^{G,SES} mit Butter ^L und hartgekochtem Ei	Fischfilet in Tomatensoße ^{G,SEL,L} Vollkornreis Mischgemüse ^{SEL}	Smoothie ^L Vollkornzwieback ^{G,L,S}

Zu jeder Mahlzeit reichen wir Obst und Gemüse, Wasser und ungesüßten Tee

Guten Appetit

Änderungen vorbehalten

