



Warm 29.07.24- 02.08.2024	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Suppe	(V) Schwarzwurzelcremesuppe A;G;I;J	(V) Rote-Bete-Cremesuppe A;G;I;J	(V) Weiße Bohnensuppe A;G;I;J	(V) Kürbiscreme-Suppe A;G;I;J	(V) Kartoffel-Gemüsesuppe A;G;I;J
Rohkost	½ Paprika	1 Karotte	¼ Gurke	Radieschen	1 Tomate
Dessert	Apfeljoghurt g	Gelbe Grütze	Pfirsichquark g	Müsliriegel	Himbeeryoghurt g
Obst	1 Bio-Apfel	1 Pfirsich	1 Banane	1 Bio-Apfel	1 Orange
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	*Hähnchengeschnetzeltes in Kräuterrahmsoße A;G;I;J	*3 Cevapcici (Rind) und Paprikasoße A;C;G;I;J	*Gebratenes Seelachsfilet mit Joghurtdip A;C;D;G;I;J	*Kalbfleisch-Gemüse-Hackbraten mit Kürbissoße A;C;G;I;J	*Rindfleisch-Gemüsehaschee A;I;J
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	(V) Feines Champignonragout mit Erbsen und Karotten A;G;I;J	(V) 3 Vegi-Cevapcici mit Paprikasoße A;C;G;I;J	(V) Blumenkohl-Käse-Nuggets mit Joghurtdip A;C;G;I;J	(V) Karotten-Spinat-Dinkel-Käsebratling mit Kürbissoße A;C;G;H;I;J	(V) Hanf-Gemüsebällchen mit fruchtiger Currysoße A;C;G;E;F;I;J;K
Menü 3 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat					
Menü 4 Aufläufe & Gratins + 1 Gemüse oder Salat	(V) Erbseneintopf mit Kartoffeln, Zwiebeln, Gemüse und Kräutern I;J	(V) Spaghetti mit Käsesoße A;C;G;I;J	(V) Spätzle mit Gemüse-Rahmsoße A;C;G;I;J	(V) Gebraten Kräuterschupf-Nudeln mit Ei und Tomatensoße A;C;G;I;J	(V) „Nasi Goreng“ gebratener Reis mit Ei, Lauch und Sojasoße A;C;E;F;I;J;K
Menü 5 Bio-Wochengericht + 1 Gemüse oder Salat	(V) Bio-Grießbrei, Bio-Zimt-Zucker, Bio-Apfelmus A;G	(V) Bio-Grießbrei, Bio-Zimt-Zucker, Bio-Apfelmus A;G	(V) Bio-Grießbrei, Bio-Zimt-Zucker, Bio-Apfelmus A;G	(V) Bio-Grießbrei, Bio-Zimt-Zucker, Bio-Apfelmus A;G	(V) Bio-Grießbrei, Bio-Zimt-Zucker, Bio-Apfelmus A;G
Sättigungsbeilage 1	Fussili A;C	Bio-Vollkornreis	Salzkartoffeln	Knöpflespätzle A;C	Bio-Reis
Sättigungsbeilage 2	1 Semmel A	Rahmkartoffelstampf g	Couscous A	Vollkorn-Hörnlenudeln Ad;C	Kleine Pennenudeln A;C
Gemüsebeilage	Karottengemüse	Grüne Bohnen I;J	Zuckermais	Bio-Erbesen	Bio-Kohlrabi-Gemüse
Salat	Blattsalat	Rote-Betesalat I;J	Blattsalat	Chinakohlsalat	Bohnensalat I;J
Salatdressing	Joghurtdressing 0,5 L C;G;I;J	Kräuterdressing 0,5 L I;J	Balsamicodressing 0,5 L I;J;L	Paprika-Sauerrahmdressing 0,5 L G;I;J	Frenchdressing 0,5 L G;I;J
Wochensalat Ohne Suppe/ohne Dessert	(V) Spanischer Hirtensalat mit Gurke, Tomaten, Paprika, Oliven, Hirtenkäse, Paprikadressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;G;I;J	(V) Spanischer Hirtensalat mit Gurke, Tomaten, Paprika, Oliven, Hirtenkäse, Paprikadressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;G;I;J	(V) Spanischer Hirtensalat mit Gurke, Tomaten, Paprika, Oliven, Hirtenkäse, Paprikadressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;G;I;J	(V) Spanischer Hirtensalat mit Gurke, Tomaten, Paprika, Oliven, Hirtenkäse, Paprikadressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;G;I;J	(V) Spanischer Hirtensalat mit Gurke, Tomaten, Paprika, Oliven, Hirtenkäse, Paprikadressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;G;I;J
Sonderkost Ohne Suppe/ ohne Dessert	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt
Wissenswertes	<i>Der Blattsalat enthält eine Menge Ballaststoffe, viele wichtige Nährstoffe und liefert uns viele Mineralstoffen.</i>	<i>Der Rote-Betesalat ist eine erfrischende und gesunde Option für die Mahlzeit. Hat ein leckerer Geschmack und ist reich an Mineralstoffen und Vitaminen.</i>	<i>Der Pfirsichquark schmeckt lecker und frisch. Enthält viel Eiweiß und Kalzium. Das Eiweiß ist wichtig für unseren Muskelaufbau und den Erhalt unserer Muskeln.</i>	<i>Die Vollkorn-Hörnlenudeln enthalten viele Nährstoffe, B- Vitamine und Eisen. Diese sind gut für die Haare und für das Immunsystem.</i>	<i>Eine warme Suppe macht jeden froh. Unsere Kartoffel-Gemüsesuppe enthält wichtige Nährstoffe und Vitamine.</i>
= Vegan					