

Unser aktueller Speiseplan vom 22.10.2018 bis 01.02.2019

Mo 22.10.2018	Hörnchennudeln mit Schinken-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2,3,7, Aw, C, F, G, I, J} Grießflammerie mit warmer Erdbeersoße, dazu Obst ^{1, G} Hähncheninnenfilets in fruchtiger Curryrahmsoße mit Wildreis ^{Aw, G, F}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Di 23.10.2018	Vegetar. Nudel-Gemüseintopf, dazu Brot & Quarkspeise ^{Aw, C, F, G, I} Schweinestreifen "Gyros Art" mit Tzatziki, dazu Risotto ^{2,3,6, Aw, C, G, I, J} Hähncheninnenfilets in fruchtiger Curryrahmsoße mit Wildreis ^{Aw, G, F}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Mi 24.10.2018	Perlgräupcheneintopf mit Rauchfleisch, dazu Brot & Dessert ^{2,3,6, Aw, F, G, I} Fischstäbchen mit Dillsoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8, Aw, C, G, D, F, I} Hähncheninnenfilets in fruchtiger Curryrahmsoße mit Wildreis ^{Aw, G, F}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrot, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Do 25.10.2018	Blumenkohl-Käsetopf mit Vollkorn-Brötchen, dazu Obst ^{Ar, Ag, Ah, Aw, C, F, G, I} Jägerschnitzel mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Makkaroni & Obst ^{2,3, Aw, C, F, I, J} Hähncheninnenfilets in fruchtiger Curryrahmsoße mit Wildreis ^{Aw, G, F}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Obstsalat mit Ananas-Joghurdressing ^{C, G}
Fr 26.10.2018	Kochklops in Kräutersoße, Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{3, Aw, C, F, G, I} Eier in Remouladensoße, dazu Röstitaler & Kompott ^{2,3,6, C, G, I, J} Hähncheninnenfilets in fruchtiger Curryrahmsoße mit Wildreis ^{Aw, G, F}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1,3, Aw, C, G}
Mo 29.10.2018	Saure Kartoffelstücke mit Jagdwurstwürfel, dazu Brot & Obst ^{2,3, Ar, Aw, F, I, J} Spirelli mit Broccoli-Käserahmsoße, dazu Reibekäse ^{7, Aw, C, F, G, I} 4 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Di 30.10.2018	Fruchtiges Hähnchencurry mit Risotto, dazu Obst ^{Aw, F, G, I} Knödelscheiben mit heißer Vanillesoße, dazu Obst ^{1, Aw, C, G} 4 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Mi 31.10.2018	F E I E R T A G	
Do 01.11.2018	Spaghetti mit Soße a'la Bolognese, dazu Reibekäse ^{7, Aw, C, F, G, I} Vegetar. Möhren-Kohlrabieintopf, dazu Vollkorn-Brot, Dessert ^{6, Ar, Aw, Ag, Ah, F, G, I} 4 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Fr 02.11.2018	Brühereis mit Gemüse & Fleischklößchen, dazu Brot & Kompott ^{6, Ar, C, F, G, I} Backfisch mit Senfsoße, dazu Rotkohl & Kartoffelpüree ^{3,8, Aw, C, G, D, F, I} 4 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing ^{Aw, C, G}

Mo 05.11.2018	Bunte Spirelli's mit Tomaten-Hirtenkäsesoße, dazu Reibekäse ^{7, Aw, F, G, I} Roster mit Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree ^{2, 3, 6, Aw, G} Seelachsfilet -natur- auf Gemüsebett mit grünen Nudeln ^{Aw, C, D, G}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Di 06.11.2018	Schweineschnitzel mit Mischgemüse, dazu Salzkartoffeln ^{7, Aw, G} Mar. Heringshappen mit Salzkartoffeln, dazu Obst ^{3, 6, C, D, I, J} Seelachsfilet -natur- auf Gemüsebett mit grünen Nudeln ^{Aw, C, D, G}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Mi 07.11.2018	Broccolicremsuppe, 3 Reibekuchen mit Zucker & Apfelmus ^{6, Aw, C, F, G, I} Hörnchennudeln mit Jagdwurst-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2, 3, 7, Aw, C, G, F, I, J} Seelachsfilet -natur- auf Gemüsebett mit grünen Nudeln ^{Aw, C, D, G}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Thunfisch" mit Dill-Joghurdressing ^{Aw, C, D, G}
Do 08.11.2018	Hähnchennuggets mit Curryrahmsoße, dazu Gemüsereis ^{Aw, F, G} Feines Eier-Gemüseragout mit Salzkartoffeln, dazu Obst ^{3, Aw, C, F, G, I, J} Seelachsfilet -natur- auf Gemüsebett mit grünen Nudeln ^{Aw, C, D, G}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Fr 09.11.2018	Makkaroni mit Tomaten-Bärlauchsoße, dazu Reibekäse ^{7, Aw, C, F, G, I} Frikadelle mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln ^{Aw, C, F, G, I, J} Seelachsfilet -natur- auf Gemüsebett mit grünen Nudeln ^{Aw, C, D, G}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Mo 12.11.2018	Sahnegulasch mit böhm. Knödel, dazu Obst ^{6, Aw, C, G} Vegetar. Tortelloni mit Frischkäse-Kräutersoße, dazu Reibekäse & Obst ^{7, Aw, C, F, G, I} Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw, C, F, G, I}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Di 13.11.2018	Kartoffelsuppe mit Wienerscheiben, dazu Brot & Rohkost-Salat ^{2, 3, Aw, F, I, J} Frühlingsquark mit Butter & Leberwurst, dazu Salzkartoffeln ^{2, 3, 8, G} Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw, C, F, G, I}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Mi 14.11.2018	Spaghetti mit Tomaten-Basilikumsoße, dazu Reibekäse ^{7, Aw, C, F, G, I} Grieß-Gemüsesuppe, 2 Quarkkeulchen mit Zucker & Apfelmus ^{6, Aw, C, F, G, I} Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw, C, F, G, I}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Thunfisch" mit Dill-Joghurdressing ^{Aw, C, D, G}
Do 15.11.2018	Milchreis mit heißen Kirschen, dazu Kompott ^{2, 3, Aw, F, G, I} Geflügelschnitzel mit Möhren-Kohlrabigemüse, dazu Salzkartoffeln ^{Aw, G, F} Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw, C, F, G, I}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurdressing ^{Aw, C, G}
Fr 16.11.2018	Bauernroulade mit Buttergemüse, dazu Kartoffelpüree ^{3, 8, Aw, C, F, G, I, J} Seelachswürfel mit Ratatouille, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3, 8, Aw, F, D, G, I} Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw, C, F, G, I}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing ^{Aw, C, G}

Mo 19.11.2018	<p>Vegetar. Möhre Eintopf, dazu Vollkornbrot & Quarkspeise ^{Ah,Ag,Ar,Aw,F,G,I}</p> <p>Hörnchennudeln mit Schinken-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2,3,7,Aw,C,F,G,I}</p> <p>3 Hefeklöße mit Kirschfüllung, dazu Vanillesoße ^{Aw,3,8,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Di 20.11.2018	<p>Bunte Linseneintopf mit Bockwürstchen, dazu Brot & Obst ^{2,3,Ar,F,I}</p> <p>Fischschnitte in Zitronen-Buttersoße, dazu Risotto & Rohkost-Salat ^{Aw,C,D,F,G,I}</p> <p>3 Hefeklöße mit Kirschfüllung, dazu Vanillesoße ^{Aw,3,8,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l</p> <p>Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Mi 21.11.2018	F E I E R T A G	
Do 22.11.2018	<p>Makkaroni mit Tomaten-Hackfleischsoße, dazu Reibekäse ^{7,Aw,F,G,I}</p> <p>Eier in Senfsoße mit Möhrengemüse & Salzkartoffeln ^{3,Aw,C,F,G,I,J}</p> <p>3 Hefeklöße mit Kirschfüllung, dazu Vanillesoße ^{Aw,3,8,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Fr 23.11.2018	<p>Geschnetzeltes mit Rotkohl, dazu Kartoffelklöße ^{2,3,6,Aw,6,Aw,Ah,C,G,I}</p> <p>Spinat-Karottentaler mit mediterranem Nudelsalat, dazu Obst ^{6,Aw,Ah,C,G,I}</p> <p>3 Hefeklöße mit Kirschfüllung, dazu Vanillesoße ^{Aw,3,8,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Mo 26.11.2018	<p>Spaghetti mit Tomaten-Kräutersoße, dazu Reibekäse ^{7,Aw,C,F,G,I}</p> <p>Feines Hühnerfrikassee mit Gemüse & Risotto, dazu Kompott ^{6,Aw,C,G}</p> <p>Paprikaschote mit Couscousfüllung in Tomaten-Mangodip mit Wildreis ^{Aw,C,F,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Ei" mit Kräuter-Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Di 27.11.2018	<p>Hacksteak in Rahmsoße mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,C,F,G,I}</p> <p>Fischnuggets mit Petersiliensoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,F,D,G,I}</p> <p>Paprikaschote mit Couscousfüllung in Tomaten-Mangodip mit Wildreis ^{Aw,C,F,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l</p> <p>Salat: Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Mi 28.11.2018	<p>Spirelli mit pikantem Wurstragout, dazu Reibekäse ^{2,3,7,Aw,C,F,G,I,J}</p> <p>Geflügelcremsuppe, 2 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{Aw,C,F,G,I}</p> <p>Paprikaschote mit Couscousfüllung in Tomaten-Mangodip mit Wildreis ^{Aw,C,F,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Thunfisch" mit Dill-Joghurt dressing ^{Aw,C,D,G}</p>
Do 29.11.2018	<p>Grießflammerie mit Zucker & Zimt, dazu Obst ^{1,Aw,G}</p> <p>Currywurst mit Kräuterkartoffelpüree, dazu Obst ^{2,3,8,Aw,F,G,I,J}</p> <p>Paprikaschote mit Couscousfüllung in Tomaten-Mangodip mit Wildreis ^{Aw,C,F,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Hirte & Olive" mit mediterranem Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Fr 30.11.2018	<p>Hähnchenfilet -natur- mit Kaisergemüse, Salzkartoffeln ^{Aw,F,G}</p> <p>Vegetar. Nudleintopf mit Gemüse, dazu Brot & Dessert ^{Aw,C,F,G,I}</p> <p>Paprikaschote mit Couscousfüllung in Tomaten-Mangodip mit Wildreis ^{Aw,C,F,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack mit gebackenen Kichererbsen und Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>
Mo 03.12.2018	<p>Elli-Spirelli-Menü mit Jagdwurst-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2,3,7,Aw,C,G,I,J}</p> <p>Feines Eier-Gemüseragout, dazu Salzkartoffeln, dazu Obst ^{3,Aw,C,F,G,I,J}</p> <p>4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{6,Aw,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurt dressing ^{Aw,C,G}</p>

Di 04.12.2018	Jägerschnitzel mit Möhren-Erbsengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{2,3,9,Aw,G,J}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l
	Blumenkohl-Käsesuppe, dazu Vollkornbrötchen & Quarkspeise ^{Ah,Ag,Ar,Aw,F,I}	Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw,C,G}
	4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{6,Aw,C,G}	
Mi 05.12.2018	Saure Kartoffelstücke mit Jagdwurstwürfel, dazu Brot & Rohkost ^{2,3,6,Aw,Ar,F,I,J}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrot, Orangensaft 0,33l
	Fischstäbchen mit Kräutersoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,C,D,F,G,I}	Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}
	4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{6,Aw,C,G}	
Do 06.12.2018	Hörnchennudeln mit Spinat-Käserahmsauce, dazu Reibekäse ^{7,Aw,C,G}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l
	Szegediner Gulasch mit böhm. Knödel, dazu Obst ^{6,Aw,C,G}	Salat: Obstsalat mit Mandelsplitter & Heidelbeerdressing ^{3,Aw,C,G}
	4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{6,Aw,C,G}	
Fr 07.12.2018	Putengeschnetzeltes mit Gemüsereis, dazu Obst ^{Aw,F}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l
	Schnittlauchquark mit Butter, dazu Salzkartoffeln & Obst ^{2,3,8,G}	Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1,3,Aw,C,G}
	4 Pancakes, dazu Apfelmus ^{6,Aw,C,G}	
Mo 10.12.2018	Fruchtiges Hähnchencurry mit Vollkornreis & Obst ^{Aw,F,G}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l
	Kartoffelsuppe mit Wienerscheiben, dazu Brot & Obst ^{2,3,Ar,E,F,G,H,I}	Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw,C,G}
	Ravioli pomodoro in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{Aw,C,F,I}	
Di 11.12.2018	Spaghetti mit Tomaten-Hirtenkäsesauce, dazu Reibekäse ^{7,Aw,C,F,G,I}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l
	Tomatensuppe mit Reis, 3 Reibekuchen mit Zucker & Apfelmus ^{3,6,8,Aw}	Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw,C,G}
	Ravioli pomodoro in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{Aw,C,F,I}	
Mi 12.12.2018	Gemüsetaler in Kräuter-Käserahm mit Kartoffelpüree ^{3,8,Aw,C,F,G,I,J}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrot, Orangensaft 0,33l
	Schweinstreifen "Gyros Art" mit Tzatziki, dazu Risotto ^{3,6,Aw,C,G}	Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}
	Ravioli pomodoro in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{Aw,C,F,I}	
Do 13.12.2018	Makkaroni mit Soße á la Kräuter-Pesto, dazu Reibekäse ^{7,Aw,C,F,G,H,I}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l
	Pan. Fischschnitte in Dillrahm mit Rotkohl, Salzkartoffeln ^{2,3,6,Aw,C,D,F,G,I}	Salat: Obstsalat mit Mandelsplitter & Heidelbeerdressing ^{3,Aw,C,G}
	Ravioli pomodoro in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{Aw,C,F,I}	
Fr 14.12.2018	Grießbrei mit warmer Erdbeersoße, dazu Obst ^{1,Aw,G}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l
	Feines Gemüse in holl. Soße mit Kartoffelpüree, dazu Obst ^{3,8,Aw,C,F,G,I}	Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1,3,Aw,C,G}
	Ravioli pomodoro in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{Aw,C,F,I}	
Mo 17.12.2018	Schokoladenpuddingsuppe mit Einback, dazu Kompott ^{1,6,Aw,C,G}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l
	Hörnchennudeln mit Soße á la Carbonara, dazu Reibekäse ^{2,3,7,Aw,C,F,G,I}	Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw,C,G}
	Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	

Di 18.12.2018	Gulasch "Sauerbraten Art" mit Kartoffelklößen, dazu Obst ^{Aw,J,N} Vegetar. Gemüseeintopf, dazu Vollkornbrot & Obst ^{Ag,Ah,Ar,Aw,F,I} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Mi 19.12.2018	Bratklops in Champignonrahm mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,F,G,J} Seelachswürfel in Gemüserahm, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,C,D,F,G,I} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrot, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Do 20.12.2018	Kartoffel-Schinkenpuffer mit Kräuter-Joghurt-Dip ^{2,3,G} Bunte Spirelli's mit Soße á la Napoli, dazu Reibekäse ^{7,Aw,C,E,G,H,I} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Obstsalat mit Mandelsplitter & Heidelbeerdressing ^{3,Aw,C,G}
Fr 21.12.2018	Königsberger Klops mit Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{Aw,C,F,G,I} Eier in Remouladensoße, dazu Kartoffelspalten & Rohkost-Salat ^{2,3,6,Aw,C,G,I,J} Backkäse mit Grillgemüse & Wildreis ^{Aw,G}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1,3,Aw,C,G}
Mo 24.12.2018	F E R I E N	Ferien
Di 25.12.2018	F E I E R T A G	
Mi 26.12.2018	F E I E R T A G	
Do 27.12.2018	F E R I E N	Ferien
Fr 28.12.2018	F E R I E N	Ferien
Mo 31.12.2018	F E R I E N	Ferien
Di 01.01.2019	F E I E R T A G	
Mi 02.01.2019	Vanillemilchreis mit Zucker & Zimt, dazu Kompott ^{1,3,G}	Ferien
Do 03.01.2019	Spaghettimit Tomaten-Kräutersoße, dazu Reibekäse ^{7,Aw,C,G}	Ferien
Fr 04.01.2019	Hähnchennuggets in Curryrahmsoße, dazu Reis & Kompott ^{6,Aw,F,G}	Ferien
Mo 07.01.2019	Currywurst mit Kräuterkartoffelpüree, dazu Obst ^{2,3,8,Aw,F,G,I,J} Nudel-Gemüseeintopf mit Rindfleisch, dazu Brot & Obst ^{Ar,Aw,C,F,I} Hähncheninnenfilets in fruchtigem Curryrahm mit Wildreis ^{Aw,G,F}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Di 08.01.2019	Hörnchennudeln mit Schinken-Tomatensoße, dazu Reibekäse ^{2,3,7,Aw,C,F,G,I} Bunte Gemüsesuppe, 2 Quarkkeulchen mit Zucker & Apfelsaft ^{6,Aw,C,F,G,I} Hähncheninnenfilets in fruchtigem Curryrahm mit Wildreis ^{Aw,G,F}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw,C,G}
Mi 09.01.2019	Linseneintopf mit Wienerscheiben, dazu Brot & Obst ^{2,3,Aw,F,I} Fischstäbchen mit Senfsoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8,Aw,C,D,F,G,I,J} Hähncheninnenfilets in fruchtigem Curryrahm mit Wildreis ^{Aw,G,F}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrot, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}

Do 10.01.2019	<p>Warme Rote Grütze mit Vanillesoße, dazu Zwieback ^{1Aw,C,G}</p> <p>Schweineschnitzel mit Erbsengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{2,3,9Aw,G}</p> <p>Hähncheninnenfilets in fruchtigem Curryrahm mit Wildreis ^{Aw,G,F}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l</p> <p>Salat: Obstsalat mit Mandelsplitter & Heidelbeerdressing ^{3Aw,C,G}</p>
Fr 11.01.2019	<p>Makkaroni mit Spinat-Käserahmsoße, dazu Reibekäse ^{7Aw,C,F,G,I}</p> <p>Kräuterquark mit Butter, dazu Salzkartoffeln & Obst ^{2,3,G}</p> <p>Hähncheninnenfilets in fruchtigem Curryrahm mit Wildreis ^{Aw,G,F}</p>	<p>Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1,3Aw,C,G}</p>
Mo 14.01.2019	<p>Möhren-Kohlrabiintopf mit Fleischklößchen, dazu Brot & Obst ^{Aw,Ar,F,I}</p> <p>Bunte Spirelli's mit Tomaten-Basilikumsoße, dazu Reibekäse & Obst ^{7Aw,F,G,I}</p> <p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw,C,G}</p>
Di 15.01.2019	<p>Apfelmilchreis mit Zucker & Zimt, dazu Kompott ^{6,G}</p> <p>Wiegebraten mit Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{2,3Aw,G,J}</p> <p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l</p> <p>Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw,C,G}</p>
Mi 16.01.2019	<p>Hörnchennudeln mit pikantem Wurstragout, dazu Reibekäse ^{2,3,7Aw,G,J}</p> <p>Pan. Fischschnitte in Petersiliensoße, dazu Kartoffelpüree & Rohkost-Salat ^{3,8Aw,C,D,F,G,I}</p> <p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}</p>
Do 17.01.2019	<p>Knödelscheiben mit beeriger Fruchtsoße, dazu Dessert ^{6Aw,C,G}</p> <p>Putengeschnetzeltes mit Gemüsereis, dazu Dessert ^{6Aw,F,G,I}</p> <p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l</p> <p>Salat: Obstsalat mit Mandelsplitter & Heidelbeerdressing ^{3Aw,C,G}</p>
Fr 18.01.2019	<p>Spaghetti mit Tomaten-Hackfleischsoße, dazu Reibekäse ^{7Aw,C,F,G,I}</p> <p>Eier in Remouladensoße, dazu Kartoffelspalten & Rohkost-Salat ^{3,6,8Aw,C,G,I}</p> <p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Pfannengemüse ^{Aw,C,F,G,I}</p>	<p>Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1,3Aw,C,G}</p>
Mo 21.01.2019	<p>Feines Hühnerfrikassee mit Gemüse, dazu Reis & Obst ^{Aw,C,G,F,I}</p> <p>Saure Kartoffelstücke mit Jagdwurstwürfel, dazu Brot & Obst ^{2,3Aw,Ar,F,I,J}</p> <p>3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6Aw,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurdressing ^{Aw,C,G}</p>
Di 22.01.2019	<p>Makkaroni mit Soße á la Carbonara, dazu Reibekäse ^{2,3,7Aw,C,F,G,I,J}</p> <p>Backfisch in Tomatenrahm mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{3,8Aw,D,F,G,I}</p> <p>3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6Aw,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l</p> <p>Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurdressing ^{Aw,C,G}</p>
Mi 23.01.2019	<p>Perlgräupcheneintopf mit Rauchfleisch, dazu Brot & Obst ^{2,3Aw,Ar,F,I}</p> <p>Bauernroulade mit Kaisergemüse, dazu Salzkartoffeln ^{Aw,G,I,J}</p> <p>3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6Aw,C,G}</p>	<p>Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrötchen, Orangensaft 0,33l</p> <p>Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing ^{Aw,C,G}</p>

Do 24.01.2019	Elli-Spirelli-Menü mit Jagdwurst-Tomatensoße, Reibekäse ^{2,3,7, Aw, C, F, G, I} Frühlingsgemüse in holländ. Soße mit Ebly, dazu Dessert ^{6, Aw, C, G} 3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Obstsalat mit Mandelsplitter & Heidelbeerdressing ^{3, Aw, C, G}
Fr 25.01.2019	Schweinstreifen "Gyros Art" mit Tzatziki, dazu Reis ^{1, 6, Aw, C, G} Grießflammerie mit warmer Erdbeersoße, dazu Obst ^{1, 6, Aw, C, G} 3 Eierkuchen mit Apfelfüllung, dazu Obst ^{6, Aw, C, G}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1, 3, Aw, C, G}
Mo 28.01.2019	Spaghetti mit Spinat-Käserahmsoße, dazu Reibekäse ^{7, Aw, C, F, G, I} Kartoffel-Gemüsesuppe mit Wienerscheiben, dazu Vollkorn-Brot & Dessert ^{2, 3, 8, Ab, Ar, Ag, Aw, F, G, I, J} Ravioli á la carne in fruchtiger Tomaten-Kräutersoße ^{Aw, F, I}	Nimm's mit: "Der Muntermacher" - Frisches Obst, Filinchen, Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Kräuter" mit Kräuter-Joghurtdressing ^{Aw, C, G}
Di 29.01.2019	Gulaschsuppentopf mit Weißbrot, Dessert ^{2, 3, Aw, G, F, I, J} Eier in Senfsoße mit Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln ^{2, 3, 8, Aw, C, D, G, I} Ravioli á la carne in fruchtiger Tomaten-Kräutersoße ^{Aw, F, I}	Nimm's mit: "Der fruchtige Snack" - Fruchtschnitte, Magermilch-Joghurt und Mineralwasser 0,5l Salat: Salatsnack "Tomate & Mozzarella" mit Basilikum-Joghurtdressing ^{Aw, C, G}
Mi 30.01.2019	Tomatensuppe, 2 Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus ^{6, Aw, C, F, G, I} Hörnchennudeln mit Soße á la Bolognese, dazu Reibekäse & Obst ^{7, Aw, C, F, G, I} Ravioli á la carne in fruchtiger Tomaten-Kräutersoße ^{Aw, F, I}	Nimm's mit: "Der Dipp für zwischendurch" - Frisches Gemüse mit Quarkdipp, Knäckebrot, Orangensaft 0,33l Salat: Salatsnack mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurtdressing ^{Aw, C, G}
Do 31.01.2019	Bunter Reiseintopf mit Geflügelfleisch, dazu Brot & Rohkost-Salat ^{Aw, Ar, F, G, I} Fischstäbchen in Kräuterrahm mit Kartoffelpüree, dazu Rohkost-Salat ^{3, 8, Aw, C, F, G, I} Ravioli á la carne in fruchtiger Tomaten-Kräutersoße ^{Aw, F, I}	Nimm's mit: "Der Snack für Sportskanonen" - Frisches Obst, Müsliriegel, Karottensaft 0,33l Salat: Obstsalat mit Mandelsplitter & Heidelbeerdressing ^{3, Aw, C, G}
Fr 01.02.2019	Vegetar. Nudel-Gemüseintopf, dazu Brot & Quarkspeise ^{Aw, Ar, C, F, G, I} Geschnetzeltes vom Schwein mit böhm. Knödel, dazu Quarkspeise ^{Aw, C, G} Ravioli á la carne in fruchtiger Tomaten-Kräutersoße ^{Aw, F, I}	Nimm's mit: "Gesund in's Wochenende" - Kräuterquark mit Vollkornbrötchen und Apfelsaft 0,33l Salat: Salatsnack "Käse & Ei" mit Cocktaildressing ^{1, 3, Aw, C, G}

Zusatzstoffe / Allergene

- 1 - mit Farbstoff
- 2 - mit Konservierungsstoff
- 3 - mit Antioxidationsmittel
- 4 - mit Geschmacksverstärker
- 5 - mit Phosphat
- 6 - mit Süßungsmittel
- 7 - mit Stärke
- 8 - mit Emulgatoren
- 9 - mit Verdickungs-, Gelier- und Feuchthaltemittel
- Kl - Knoblauch
- A - Gluten
- Ag - Gerste
- Ah - Hafer
- Ar - Roggen
- Aw - Weizen
- B - Krebstiere
- C - Eier
- D - Fisch
- E - Erdnüsse
- F - Soja
- G - Milch einschl. Laktose
- H - Schalenfrüchte
- Hm - Mandel
- Hh - Haselnüsse

Hw - Walnüsse
Hp - Pistazien
Hc - Cashewkerne
Ha - Paranüsse
He - Pekanüsse
Hi - Macadaminüsse
I - Sellerie
J - Senf
K - Sesam
L - Lupine
M - Weichtiere
N - Sulfite (in Konzentration von mehr als 10mg/kg)