

Wochenspeisekarte vom 11.10.-22.10.2021

Mo.	11.10.	Veg. Chili mit Bohnen, Zucchini & Reis Joghurt mit Honig	G
Di.	12.10.	Hackbällchen mit Kartoffel- Möhren- Gemüse ...Tofu-Gemüse-Steak...	A1 , K, G F, C
Mi.	13.10.	Spinat- Käse- Tortellini mit Gemüsesauce	G, C
Do.	14.10.	Schupfnudeln mit Ratatouille Quark mit Kirschen	C G
Fr.	15.10.	Kebeling mit Kartoffelpüree & Salat mit Joghurtdressing ...Broccoli- Nuggets...	C, G G G
<hr/>			
Mo.	18.10.	Makkaroni Bolognese Makkaroni Napoli	C,G C,G
Di.	19.10.	Kürbismöhrenpfanne mit Kokosmilch und Reis Quark mit Banane	G
Mi.	20.10.	Hähnchensteak mit grünen Bohnen & Röstitaler ...Soja- Steak...	Hu, G, C G, F
Do.	21.10.	Möhren Kartoffelsuppe mit Fladenbrot Joghurt mit Cornflakes	A1 G
Fr.	22.10.	Rinderbockwurst mit Kartoffelpüree & Gurkensalat	C, G