# **Bestellung für: .**

**Portionsanzahl:**

**davon Allergie:**

**Vegetarisch:**

**Vollkorn:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Montag** | **Dienstag** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| **Essen 1** | Kartoffel-Käse-Suppe**VT**L | Vollkorngrießbrei mit Zucker & Zimt **VT**G, L | Weißkohl-Eintopf | **VG**SEL | Paprikacremesuppe mit Reis **VT**L | Möhreneintopf mit frischen Kräutern | **VG**SEL |
| **Einlage 1** | Gebratenes Hackfleisch | Kirschsoße kalt | geröstete Sonnenblumenkerne | S | VollkornbrötchenG |  |
| **Essen 2** | Bratei mit Rahmspinatund Kartoffelbrei **VT**L, E | Schweinebraten mit Apfelrotkohl und Kartoffeln MU | Gabelspaghetti mit Gemüsebolognese | **VG** | Afrikanischer Eintopfmit Hühnchenfleisch **OS** | Fischstäbchen mit Zitronensoße & Risotto **OS**G, L, F |
| **Essen 2 vegan** | Nudeln mit einer Spinat- Mais-Soße **VG**G, S | Gebratene Tofuscheiben mit Apfelrotkohl & **VG**Kartoffeln S | Gemüse- Kartoffelgulasch | **VG** | Möhren-Kartoffel- Sesampfanne mit **VG**Sojadip S, SE | Veganer Milchreis mit Apfelstückchen | **VG** |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit DipL | Weißkohlsalat mit Gurken & Dressing | Zitronenquark | L | Streuselkuchen vom BlechG, L, N, E | Schokocreme | L |
| **Brot** | KartoffelbrotG | RoggenbrotG | Landbrot | G | FeinschmeckerkrusteG, S | Vollkornmischbrot | G |

# **Bestellung für: .**

**Portionsanzahl:**

**davon Allergie:**

**Vegetarisch:**

**Vollkorn:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Montag** | **Dienstag** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| **Essen 1** | Gemüsereiseintopf**VG**SEL | Polenta**VT**L | Omas Kartoffelcremesuppe **VT**L, SEL | Rigatone mit einer milden Tomatensahnesoße | **VT**G, L | Kidneybohnen-Eintopf | **VG**SEL |
| **Einlage 1** |  | Fruchtsoße kalt | 1/2 Wiener Würstchen | geriebener Käse | L | Kasslerwürfel |
| **Essen 2** | Nudeln mit einer Champignonsahnesoße **VT**G, L | Putengeschnetzeltes mit Apfel-Möhrensoße u. **OS** Risotto L | Rührei mit Stampfkartoffeln & **VT**Krautsalat L, E | Selbstgemachter Zaziki mit Ofenkartoffeln | **VT**L | Gebratener Fisch mit Senfsoße & Reis **OS**G, L, SEL, MU, F |
| **Essen 2 vegan** | Nudeln mitArrabiatasoße **VG**G | Veganes Geschnetzeltesin Apfel-Möhrensoße & **VG**Risotto | Gebratener Tofu mit Gemüse und **VG**Buchweizen G, S, SE | Spitzkohlpfanne mit Getreiderisotto | **VG**G, S | Mit Bulgur gefüllte Paprika und Kartoffeln | **VG**G, S |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit DipL | Frischer Salat mit Honig-Senf DressingMU | Kokos-MakronenL, E | Waldbeerenjoghurt | L | Apfelkompott |
| **Brot** | KartoffelbrotG | SchwarzbrotG | WeizenvollkornbrotG | Vollkornmischbrot mit Sesam G, N, SE | Dinkelvollkornbrot | G |

# **Bestellung für: .**

**Portionsanzahl:**

**davon Allergie:**

**Vegetarisch:**

**Vollkorn:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Montag** | **Dienstag** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| **Essen 1** | Grüner Bohneneintopf**VG**SEL | Sauerkraut- Erbseneintopf | **VG** | Milchnudeln | **VT**G, L | Dicker Linseneintopf**VG**SEL | Möhren- Orangencreme-Suppe | **VT**L |
| **Einlage 1** | Fleischwurstwürfel | Tofuwürfel | S | Waldbeerensoße kalt | 1/2 Wiener Würstchen | Quarkbrötchen | G, L |
| **Essen 2** | Kartoffeltaler mit Kräuterdip **VT**G, L, E | Hackfleischbolognese mit Makkaroni und Reibekäse | G, L | Haferkäsebratling mit Herbstgemüse & **VT** Kartoffeln G, L, SEL | Gebratener Blumenkohl mit einer hellen Soße **VT** und Bulgur G, L | Alaskaseelachsfilet mit Gemüsejulien & Reis **OS**G, L, F |
| **Essen 2 vegan** | Kartoffeltaler mitApfelmus **VG** | Vegane Bolognese mit Nudeln | **VG**G, S | Gemüseeintopf mit Grünkern | **VG**G | Herzhafte Polenta mit gegrilltem Gemüse **VG** | Bratkartoffeln mit Gurkensalat | **VG** |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit DipL | Vanillepudding mit Fruchtsoße | L | Muffinkuchen | G, L, E | Obstsalat | Ampelsalat |
| **Brot** | KartoffelbrotG | Vollkornbrot mit Sonnenblumenkernen | G | Omega-3-Brot | G, L | DinkelbrotG | Weizenvollkornbrot | G |

# **Bestellung für: .**

**Portionsanzahl:**

**davon Allergie:**

**Vegetarisch:**

**Vollkorn:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Montag** | **Dienstag** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| **Essen 1** | Kartoffelragout**VT**L | Milchreis mit Zimt und Zucker | **VT**L | Pichelsteiner Eintopf**VG**SEL | Käse-Lauch-Suppe**VT**L, SEL | Türkischer Eintopf**VT**SEL, E |
| **Einlage 1** |  | Apfelmus | BrötchenG, L | Gebratenes Hackfleisch | Minirinderbuletten |
| **Essen 2** | Schleifchennudeln mit einer Käsesahnesoße **VT**G, L | Schweinegulasch mit Bohnengemüse & Kartoffeln | Rigatone mit einer mexikanischen Soße **VT** und Reibekäse G, L | Tunesisches Linsengemüse mit **VT** Bulgur G, L, SEL | Backfisch mit Fenchel- Orangensoße und Reis **OS**G, L, F |
| **Essen 2 vegan** | Blumenkohl mit Kokosrisotto **VG**S | Veganer Gulasch mit Bohnengemüse & Kartoffeln | **VG** | Kichererbsen-Möhren- Curry **VG** | Ministrone mit glutenfreien Nudeln **VG**SEL | Spinat -Mais-Lasagne**VG**G, S |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit DipL | Farmersalat | L | Birnenkompott mit VanillesoßeL | SchokocookiesG, N, E | Apfeljoghurt mit KnusperflockenG, L |
| **Brot** | KartoffelbrotG | Vollkornmischbrot mit Sesam G, N, SE | NusskrusteG, L, N | DreikornbrotG | VollkornbrotG |

# **Bestellung für: .**

**Portionsanzahl:**

**davon Allergie:**

**Vegetarisch:**

**Vollkorn:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Montag Brückentag** | **Dienstag****Tag der Deutschen Einheit** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| **Essen 1** |  | kein Essen | Kürbiscremesuppe**VT**L, SEL | Bunter Bohneneintopf | **VG**SEL | Tomatencremesuppe | **VT**L |
| **Einlage 1** |  | geröstete KürbiskerneG | Tofuwürfel | S | Croutons | G |
| **Essen 2** | Karotten-Vollkornröstie mit Erbesengemüse & **VT** Kartoffelbrei G, L | Broccoli-Blumenkohl in heller Soße und **VT**Couscous L | Kartoffel- Hackfleischauflauf mit Käse überbacken | **VT**L, E | Bunter Fischtopf mit Stampfkartoffeln | **OS**L, F |
| **Essen 2 vegan** |  | Pastinaken-Kartoffel- Gulasch **VG**S | Veganer Hackfleischauflauf | **VG** | Asia-Curry mit Paprikarisotto | **VG** |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit DipL | Apfelstreusel vom BlechG | Orangen-Sahne-Creme | L | Blumenkohlsalat |
| **Brot** | KartoffelbrotG | Mediteranes BrotG | Vollkornmischbrot | G | Landbrot | G |