



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:
 Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren, Pommes und Currys
 Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

Zusatzangebot: täglich frisches Bio Obst zu jeder Mahlzeit (außer bei Quarkpudding)

KW		08.01.18	09.01.18	10.01.18	11.01.18	12.01.18
2	Gericht 1	So Tomato Nudeln (A) in fruchtiger Tomatensoße dazu Parmesan (G)	Salzkartoffeln (G) mit Spinat und Rührei (C)	Frikassee Erbsen und Möhren (G) dazu Parboiled Reis	Pizza Margarita (A) würzige Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda (G)	Pesto-Rosso* Penne (A) in Pesto-Rosso-Sahne-Soße (G) mit Sonnenblumenkernen und Parmesan (G) *enthält Cashewnüsse
2	Gericht 2	Bolognese Nudeln (A) in würziger Tomatensoße mit Rinderhack dazu Parmesan (G)	4 Fischstäbchen (A,D) (Seelachs) mit Spinat und Salzkartoffeln	Hähnchen-Geschnetzeltes Hähnchenbrust, Champignons und Paprika in Sahnesoße (G) dazu Parboiled Reis	Pizza Salami (A) fruchtige Tomatensoße, Salami (Pute), Tomaten und Oregano backen mit Gouda (G)	Milchreis (G) mit roter Grütze oder Zimt und Zucker

KW		15.01.18	16.01.18	17.01.18	18.01.18	19.01.18
3	Gericht 1	Vegetarisches Würstchen dazu Stampfkartoffeln (G) und Buttergemüse	Vegetarisches Curry Erbsen in Tomaten-Sahne-Curry-Soße (G) dazu Parboiled Reis	"Veggi Wrap" Vegetarische Taler, Salat, Frischkäse und Tomaten in Tortilla (A,G) --- Quarkpudding (G) mit Fruchtmus	4 Bällis Mediteran (A) mit Salzkartoffeln dazu Pfannengemüse	Bunte Nudeln (A) mit Tomatensauce dazu Parmesan (G)
3	Gericht 2	Geflügel Bratwurst dazu Stampfkartoffeln (G) und Buttergemüse	Butter Chicken (Curry) Hähnchenbrust und Erbsen in Tomaten-Sahne-Curry-Soße dazu Parboiled Reis	"Chicken Nuggets Wrap" Chicken Nuggets, Salat, Frischkäse, Tomaten und Gurken in Tortilla (A,G) --- Quarkpudding (G) mit Fruchtmus	2 Crispy Fisch (A,D) (Seelachs) mit Salzkartoffeln dazu Pfannengemüse	Ravioli pizzaiola (A) in Tomatensauce dazu Parmesan (G)

KW		22.01.18	23.01.18	24.01.18	25.01.18	26.01.18
4	Gericht 1	Matsaman Curry frisches Gemüse mit Kartoffeln in Matsaman Curry-Kokos-Soße dazu Parboiled Reis	Nudeln (A) in Tomaten-Sahne-Soße (G) mit Sonnenblumenkernen und Parmesan (G)	3 Gute Laune Sterne (A,G) (Knusper-Sterchen mit Gemüse und Käse) mit Salzkartoffeln dazu Kräuterquark (G)	Pizza Margarita (A) würzige Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda (G)	Pesto-Rosso* Penne (A) in Pesto-Rosso-Sahne-Soße (G) mit Sonnenblumenkernen und Parmesan (G) *enthält Cashewnüsse
4	Gericht 2	Matsaman Curry Hähnchenbrust, frisches Gemüse mit Kartoffeln in Matsaman Curry-Kokos-Soße dazu Parboiled Reis	Nudeln (A) in Tomaten-Sahne-Soße (G) mit Hähnchenbrust und Sonnenblumenkernen und Parmesan (G)	Knusperbackfisch (A,D) (Seelachs) mit Salzkartoffeln dazu Kräuterquark (G)	Pizza Salami (A) fruchtige Tomatensoße, Salami (Pute), Tomaten und Oregano backen mit Gouda (G)	Milchreis (G) mit roter Grütze oder Zimt und Zucker

KW		29.01.18	30.01.18	31.01.18	01.02.18	02.02.18
5	Gericht 1	Nudeln (A) mit Spinat-Sahne-Soße (G) mit Sonnenblumenkernen und Parmesan (G)	"Veggi Falafel Wrap" Falafel Taler, Salat, Frischkäse und Tomaten in Tortilla (A,G) --- Quarkpudding (G) mit Krunchy	Fisch Nuggets (A,D,J) mit Bratkartoffeln dazu Remoulade	Lasagne vegetarische Lasagne mit frischem Gemüse (A,G) überbacken mit Gouda (G)	Ferien
5	Gericht 2	Nudeln (A) mit Spinat-Sahne-Soße (G) und Seelachswürfel (D) dazu Sonnenblumenkerne und Parmesan (G)	"Chicken Curry Wrap" Hühnchen in gelbem Curry gegart, Salat, Frischkäse, Tomaten und Gurken in Tortilla (A,G) --- Quarkpudding (G) mit Krunchy	Chicken Nuggets (A, C) dazu Bratkartoffeln dazu Ketchup	Lasagne Lasagne mit Rinderhack (A,G) überbacken mit Gouda (G)	



A Glutenhaltiges Getreide
 B Krebstiere
 C Eier

D Fisch
 E Erdnüsse
 F Soja

G Milchprodukte
 H Schalenfrüchte
 I Sellerie

J Senf
 K Sesamsamen
 L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
 N Weichtiere