



Speiseplan vom 05.10-09.10.2020

	<u>Frühstück</u>	<u>Mittagessen</u>	<u>Z/A</u>	<u>Nachmittag</u>
Montag	Brot, Käse, Marmelade, Aufschnitt, Smoothie, Rohkost	Vollkornnudeln, Gemüse-Tomatensauce, Käsesauce Feldsalat Blaubeerquark	A, G, I, K	Gurken-Sandwich
Dienstag	Müsli, Milch, Cornflakes, Joghurt, Obst Brot, Marmelade, Salami, Käse	Kassler, Bratensauce Kartoffelstampf Sauerkraut, Kürbisgemüse	A, G	Schoko-Birnen- Kuchen
Mittwoch (Fleischloser Tag)	Gefülltes Brötchen Brot, Marmelade, Käse, Camenbert, Honig, Obst	Rosmarinkartoffeln vom Blech Eiaufstrich, Kräuterquark, Rote Bete-Dip Rohkostplatte	A, C, G, K	Banane
Donnerstag	Vollkornbrot, Käse, Leberwurst, Gewürzgurke, Frischkäse, Kräuter, Rohkost	Fischfilet mit Käsekruste auf Schnittlauchsauce Zartweizen, Broccoligemüse, Erbsengemüse Apfel-Schicht-Creme	A, G	Müsliriegel
Freitag	Brötchen, Rührei, Käse, Aufschnitt, Marmelade, Tomaten, Rohkost	Linseneintopf Brotecken Obstsalat	A, G	Käsespieße

Änderungen vorbehalten!

