

... VON HAND MIT HERZ



Rückmeldung bis Mittwoch 10:00 Uhr über die Stay-Informed App !

KW 40	Montag, 30.09.2024	Dienstag, 01.10.2024	Feiertag - Tag der deutschen Einheit
Dessert	Rahmjoghurt mit Beeren _G	Vanillepudding _G	
Obst / Rohkost	Bio-Orange	Bio- Apfel	
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	* Hähnchengeschnetzeltes in milder Currysoße _{A;E;F;I;J;K}	Gebratenes Seelachsfilet mit Kürbissoße _{A;D;G;I;J}	
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	(V) Spätzle mit vegetarischer Gemüse-Rahmsoße _{A;C;G;I;J}	(V) Vegetarisches Currywurstgulasch _{A;C;E;F;I;J}	
Menü 3 BIO Komplettmenü	(V) Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln Orange _{A;C;G;I;J}	(V) Spaghetti mit Tomatensoße, Reibekäse und Blattsalat Apfel _{A;C;G;I;}	
Sättigungsbeilage 1	Bio-Reis	Salzkartoffeln	
Sättigungsbeilage 2	Couscous A	Bio- Vollkornreis	
Gemüsebeilage	Bio-Erbсен	Gemüsemais	
Salat	Blattsalat	Bio-Blattsalat	
Wissenswertes = Vegan	<i>Cremig und frisch - unser Rahmjoghurt enthält viel Eiweiß und Kalzium. Das Eiweiß ist wichtig für unseren Muskelaufbau und den Erhalt unserer Muskeln.</i>	<i>Das Seelachsfilet ist besonders fettarm, enthält wertvolle Omega- 3- Fettsäuren und ist reich an hochwertigen Eiweißen, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen wie Jod.</i>	