

... VON HAND MIT HERZ



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

KW 45	Montag, 04.11.2024	Dienstag, 05.11.2024	Donnerstag, 07.11.2024
Dessert	Bio- Apfeljoghurt G	Vanillepudding G	Bio- Erdbeermilchshake mit Flohsamen G
Obst	1 Tomate	Bio- Banane	1 Birne
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	* Chicken- Nuggets mit hausgemachtem Ketchupdip A;C;E;F;I;J	(V) Vanille- Milchreis mit Zimt- Zucker G	* Hähnchenschnitzel mit Rahmsoße A;G;I;J
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	(V) Käsenuggets mit hausgemachtem Ketchupdip A;C;E;F;I;J	* Lachsbratling mit Gemüse- Dillsoße A;C;D;G;I;J	(V) Gebratene Vollkorn- Hörnlenudeln mit Ei, Kräutern und Tomatensoße A;C;G;I;J
Menü 3 BIO Komplettmenü	(V) Spaghetti A;C mit Vegihack- Gemüsebolognese A;G;I;J und Maissalat I;J Apfeljoghurt G	(V) Rührei A;C;I;J mit Rahmspinat A;G;I;J und Salzkartoffeln Banane	(V) Vegi- Geschnetzeltes in Paprikarahmsoße A;G;I;J mit Vollkornreis und Blattsalat Erdbeermilchshake mit Flohsamen G
Sättigungsbeilage 1	Kleine Ofenkartoffeln	Bio- Salzkartoffeln	Bio- Vollkornreis
Sättigungsbeilage 2	Makkaronelli, A; C	Vollkorn- Hörnlenudeln A;C	Kartoffelpüree G
Gemüsebeilage	Erbsen	Bio- Apfelmus	Mais
Salat	Bio- Maissalat	Gurkensalat	Bio- Blattsalat
Wissenswertes = Vegan		<i>Der Lachs in unserem Lachsbratling ist reich an gesunden Omega-3-Fettsäuren. Diese sind wichtig für die Gesundheit unseres Herzens.</i>	<i>Der Bio-Vollkornreis wirkt aufgrund des Kaliumgehaltes entwässernd. Außerdem sättigt er schneller als weißer Reis und liefert dabei wichtige Vitamine.</i>