


























... VON HAND MIT HERZ

 **gastromenü**

catering & events
www.gastromenue.de



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

KW 46	Montag, 11.11.2024	Dienstag, 12.11.2024	Donnerstag, 14.11.2024
Dessert	 Beerenquark _G 	Ananas-Milchshake mit Flohsamen _G	Bio-Vanillepudding _G
Obst	 Bio-Orange	  Bio-Apfel	  ¼ Gurke
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	 *1 gegrillte Hähnchenkeule mit Bratensoße _{A;I;J}	 *Gebackenes Seelachsfilet mit Joghurtremoulade _{A;C;D;G;I;J}	*Lasagne mit Rindfleisch, Tomaten und Mozzarella _{A;C;G;I;J}
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	(V) Herzhafter Ofenschlupfer mit Pilzen, Pinienkernen, Bergkäse und Zucchini-Soße _{A;C;G;I;J}	(V) Blumenkohl in Käsesoße _{A;G;I;J}	 (V) Vegi-Geschnetzeltes mit Paprika und Kichererbsen in Currysoße _{A;E;F;G;I;J}
Menü 3 BIO Komplettmenü	(V) Rührei _C mit Rahmspinat _{A;G;I;J} , und Kartoffeln, Orange	(V) Spaghetti mit _{A;C} Tomatensoße _{A;I;J} , Reibekäse _G , und Bio-Blattsalat Apfel	(V) Kartoffelgratin _{A;C;G;I;J} dazu, Karotten-Apfelsalat mit Joghurt _{C;G;I;J} , Vanillepudding _G
Sättigungsbeilage 1	 Vollkorn-Hörnleudeln _{A;C}	  Salzkartoffeln	Couscous _G
Sättigungsbeilage 2	Kartoffelpüree _G	Fussili _{A;C}	  Bio-Vollkornreis
Gemüsebeilage	  Karottengemüse	Blumenkohl mit Brösel _{A;G;I;J}	 Erbsen
Salat	 Bohnensalat _{I;J}	  Bio-Blattsalat	  Bio-Karotten-Apfelsalat _{C;G;I;J}
Wissenswertes  = Vegan	<i>In unseren Hörnleudeln aus Vollkorn, stecken die meisten der gesunden Stoffe aus dem Getreide - diese machen Kinder stark und helfen ihnen beim Wachsen.</i>	<i>Das Seelachsfilet ist reich an Eiweiß, B-Vitaminen und Mineralstoffen – diese sind sehr wichtig für das Wachstum und die Entwicklung.</i>	<i>Der Bio-Vollkornreis wirkt aufgrund des Kaliumgehaltes entwässernd - außerdem sättigt er schneller als weißer Reis und liefert dabei wichtige Vitamine.</i>