

... VON HAND MIT HERZ



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

KW 06	Montag, 03.02.2025	Dienstag, 04.02.2025	Donnerstag, 06.02.2025
Dessert	Beerenquark G	Müsliriegel	Bio-Vanillepudding G
Obst / Rohkost	Bio Orange	Bio Banane	1 Tomate
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat + 1 Dessert oder Obst / Rohkost	*Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsoße A;G;I;J	*Gebratenes Seelachsfilet in Gemüse-Kräutersoße A;D;G;I;J	*Kalbsbraten in Rahmsoße A;G;I;J
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat + 1 Dessert oder Obst / Rohkost	(V) Gebratene Vollkorn-Hörnlenudeln mit Ei, Kräutern und Tomatensoße A;C;I;J	(V) Gemüse-Pilzragout in Paprika-Sauerrahmsoße A;G;I;J	(V) Spätzle mit vegetarischer Gemüserahmsoße A;C;G;I;J
Menü 3 BIO Komplettmenü	(V) Rührei C;I;J mit Rahmspinat A;G;I;J und Kartoffeln Orange	(V) Spaghetti A;C mit Tomatensoße, A;I;J Reibekäse G und Blattsalat Banane	(V) Kartoffelgratin A;C;G;I;J mit Karotten- Apfelsalat mit Joghurt I;J;G Vanillepudding G
Sättigungsbeilage 1	Spätzle A;C	Salzkartoffeln	Vollkorn-Hörnlenudeln A;C
Sättigungsbeilage 2	Kartoffelpüree G	Bio-Vollkornreis	Kartoffelstampf G
Gemüsebeilage	Erbsen	Brokkoli	Karottengemüse
Salat	Bohnensalat I;J	Coleslaw C;G;I;J	Blattsalat
Wissenswertes = Vegan	<i>Unser selbstgemachter Beerenquark ist fettarm und hat einen hohen Fruchtanteil. Dieser ist gesund, lecker und gilt als Calciumquelle für gesunde Knochen und Zähne.</i>	<i>Das Seelachsfilet ist reich an Eiweiß, B-Vitaminen und Mineralstoffen – diese sind sehr wichtig für das Wachstum und die Entwicklung.</i>	<i>Unser Bio- Karotten- Apfelsalat mit Joghurt gilt als Immunbooster - mit den Vitaminen A, B, C und K stärkt es unser Immunsystem.</i>