

... VON HAND MIT HERZ



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

KW 07	Montag, 10.02.2025	Dienstag, 11.02.2025	Donnerstag, 13.02.2025
Dessert	Apfeljoghurt	Fruchtequark	Rote Grütze
Obst / Rohkost	Bio-Apfel	Banane	1 Orange
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat + 1 Dessert oder Obst / Rohkost	*Seelachs nuggets mit Zaziki	*Rindfleisch-Linsen-Gemüse-Bällchen in Bratensoße	*Hähnchen-Wienerle
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat + 1 Dessert oder Obst / Rohkost	(V) Spinat-Karotten-Dinkel-Käsebratling mit Gemüserahmsoße	(V) 1 große Vegi-Bratwurst mit Vegi-Zwiebelsoße	(V) Vegi-Würstchen
Menü 3 BIO Komplettmenü	(V) Linsen-Gemüsehaschee mit Vollkornreis und Gurkensalat  Apfel	(V) Gemüsecremesuppe  Kaiserschmarren mit Vanillesoße und Apfelmus	(V) Kürbissuppe  Pellkartoffeln (geschält) mit Kräuterquark  1 Banane
Sättigungsbeilage 1	Bio-Vollkornreis	Kartoffelstampf	Spätzle
Sättigungsbeilage 2	Salzkartoffeln	Spätzle	Bio-Vollkornreis
Gemüsebeilage	Rahmspinat	Karottengemüse	Linsen
Salat	Bio-Gurkensalat	Blattsalat	Karottensalat
Wissenswertes = Vegan	<i>Der Bio-Vollkornreis wirkt aufgrund des Kaliumgehaltes entwässernd - Außerdem sättigt er schneller als weißer Reis und liefert dabei wichtige Vitamine.</i>	<i>Unsere Bio- Gemüsecremesuppe enthält wichtige Nährstoffe und Vitamine.</i>	<i>Unsere leckeren Spätzle machen wir aus Weizen-Dunst mit frischen Eiern vom Geflügelhof Koppenhöfer, etwas Wasser, Salz und Rapsöl.</i>