

	Montag	Dienstag	01.07. Mittwoch	02.07. Donnerstag	03.07. Freitag	06.07. Montag	07.07. Dienstag	08.07. Mittwoch	09.07. Donnerstag	10.07. Freitag
Mittagessen			Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffel-Pastinakenstampf	Gräupcheneintopf mit Kartoffeln, Petersilienpesto und Roggenbrot 3' 4	Sächsische Quarkkeulchen mit Apfelmus u. Zimt/ Rohrzucker 4' 5' 9	Hörnchen mit Blumenkohl-Kräutersoße u. Reibekäse 4' 5' A	Hühnerfriskaseé mit Reis / Vollkornreis 4' 5	Backfisch mit Mischgemüse und Kartoffelstampf 4' 9' 10	Tomaten- Hirse-Eintopf mit Basilikumpesto und Roggenbrot 3' 4	Kartoffeln, Spinat und Röhrei
Nachtsch				Erdbeerquark 5	Tomaten-cremesuppe 6	Obst	Möhren- Apfel-Rohkost		Fruchtjoghurt 5	Direktsaft
Vesper			Obst/ Gemüse mit Knusperbrot / Maiswaffel	Vollkornbrot 3' 4 mit Aufschnitt B u. Gemüse	Vollkornbrot 3' 4 mit Frischkäse 5	Natur-Joghurt 5 mit Müsli	Vollkornbrot 3' 4 mit Käse 5	Weizensemmel 4 mit Pflaumenmus	Mischbrot 3' 4 mit veganer "Leberwurst" u. saurer Gurke	Hausgemachter Rührkuchen 4
	13.07. Montag	14.07. Dienstag	15.07. Mittwoch	16.07. Donnerstag	17.07. Freitag	20.07. Montag	21.07. Dienstag	22.07. Mittwoch	23.07. Donnerstag	24.07. Freitag
Mittagessen	Bunte Spirelli/ Vollkornspirelli mit fruchtiger Tomatensoße u. Käse 4' A	Spanische Gemüse-Pfanne mit Kurkumareis / Vollkornreis	Rinder-Gemüseglasch und Hefeknödel 4' 6' 9	Möhren-Kartoffelsuppe mit Geflügelwürstchen u. Vollkornbrot 3' 4' 6' B	Kokosmilchreis mit Birnen- Kompott u. Zimt/ Rohrzucker 5	Muschelnudeln mit Alaskaseelachs-Soße und Gouda 4' 5' 10' A	Buchweizen-Bratling mit Bulgur und Paprika-Tomatensoße 2' 4' 6	Tilapiafilet mit buntem Möhrengemüse und Kartoffeln 10	Libanesischer Kichererbsen-Eintopf und Roggenbrot 3' 4	Kartoffeln mit Radieschenquark, Leinöl und Butter 5
Nachtsch	Obst	Trinkjoghurt 5		Obst	Gemüsesuppe 6	Obst	Kaditzer Gurkensalat		Obst	Blattsalat mit Dressing
Vesper	Gemüsesticks und Butterknäckebröt 3' 4' 5	Roggenbrot 3' 4 mit Fruchtaufstrich	Milchhörnchen 4 mit Getreidekaffee 5	Vollkornbrot 3' 4 mit Aufschnitt B u. Gemüse	Knäckebröt 3' 4 mit Aufstrich u. Gemüse	Natur-Joghurt 5 mit Cornflakes	Roggenbrötchen 3' 4 mit Tomaten-Frischkäse 5	Schokopudding 5 mit Zwieback 4	Mischbrot 3' 4 mit Leberwurst B u. saurer Gurke	Hausgemachter Kirschen-Rührkuchen 4
	27.07. Montag	28.07. Dienstag	29.07. Mittwoch	30.07. Donnerstag	31.07. Freitag					
Mittagessen	Makkaroni mit Tomaten- Basilikum-Soße u. Käse 4' A	Asia- Gemüse- Pfanne mit Pak Choi und Basmatireis	Jägerschnitzel (Schwein, paniert) mit Bratensoße und Kartoffeln 4' 9	Bunter Gemüse-Eintopf mit Nudeln und Roggenbrot 3' 4	Eierkuchen mit Apfelmus u. Zimt/ Rohrzucker 4' 5' 9					
Nachtsch	Apfelkompott	Kokos-Lassi 5		Quarkspeise 5	Romanesco-Cremesuppe 6					
Vesper	Knäckebröt 3' 4 mit Käse u. Gurke	Vollkornbrot 3' 4 mit Aufschnitt B u. Gemüse	Kaltschale mit Zwieback 4	Mischbrot 3' 4 mit veganem Aufstrich und Gurke	Vollkornbrot 3' 4 mit Käse 5 u. Gemüse					
Änderungen vorbehalten										
enthält Allergene: 2 Gluten (Dinkel), 3 Gluten (Roggen), 4 Gluten (Weizen) , 5 Lactose, 6 Sellerie, 7 Senf, 8 Soja, 9 Ei, 10 Fisch, 11 Sesam								www.gruenschnabel-vollwertcatering.de		
Erläuterungen: A mit Farbstoff Beta Carotin, B mit Natriumnitrit, C mit Phosphat, D mit Konservierungsstoff										

