


	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	01.10. Freitag	04.10. Montag	05.10. Dienstag	06.10. Mittwoch	07.10. Donnerstag	08.10. Freitag
Mittagessen					Spätzle mit Tomaten-Oreganosoße u. Reibekäse (Gouda) 4' 9' A	Makkaroni mit Spinat-Thunfisch- Soße 4' 5' 10	Gemüse- Rösti mit Reis/ Vollkornreis und Tomatensoße 2' 4' 6	Geflügel-bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln	Grüne Bohnen-Kartoffel-Eintopf mit Petersilien-pesto und Roggenbrot 3' 4	Milchreis mit Erdbeer- Apfel-Kompott 5
Nachtsch					Apfel- Direktsaft	Obst	Kaditzer Gurkensalat		Quarkspeise 5	Kürbis-cremesuppe 6
	11.10. Montag	12.10. Dienstag	13.10. Mittwoch	14.10. Donnerstag	15.10. Freitag	18.10. Montag	19.10. Dienstag	20.10. Mittwoch	21.10. Donnerstag	22.10. Freitag
Mittagessen	Bunte Spirelli / Vollkornspirelli mit Bolognese (vegetarisch) u. Käse 4' A	Getreide-Bratling mit Bulgur und Brokkolisofe 2' 4' 6	Mildes Kokos-Fisch- Curry (Pangasius) und Basmatireis 10	Nudel- Gemüse-Eintopf mit Basilikumpesto und Roggenbrot 3' 4	Kartoffeln mit Kräuterquark, Leberwurst (Schwein) u. Butter 5	Hörnchen mit Käse- Sahne-Soße 4' 5' A	Gemüse-bällchen in Letscho- Soße und Hefeknödel 4' 6' 9	Ungarischer Putengulasch mit Reis/ Vollkornreis 5' 6	Gräupchen-Eintopf mit Petersilie und Vollkornbrot 3' 4	Kartoffelpuffer mit Apfelmus 4' 9
Nachtsch	Obst	Apfel- Möhren-Rohkost	Birnen-Direktsaft	Orangenjoghurt 5	Blattsalat mit Dressing	Trinkjoghurt 5	Gurken-Tomaten- Salat		Obst	Tomaten-cremesuppe 6
	25.10. Montag	26.10. Dienstag	27.10. Mittwoch	28.10. Donnerstag	29.10. Freitag					
Mittagessen	Muschelnudeln mit Tomaten-Basilikum- Soße u. Käse 4' A	Asia- Gemüse-Pfanne mit Chinakohl und Kurkumareis	Backfisch mit Möhrengemüse und Kartoffel-Pastinaken-stampf 4' 9' 10	Erbsensuppe mit Geflügel-würstchen dazu Vollkornbrot 3' 4' 6' B	Chilli cin Carne (vegetarisch) und Petersilien-kartoffeln 8	 <p><b>Grünschnabel</b> VOLLWERTCATERING</p>				
Nachtsch	Obst	Bananen-Lassi 5		Rührkuchen 4' 9	Erdbeerjoghurt 5					

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](http://www.gruenschnabel-vollwertcatering.de)

Erläuterungen: A mit Farbstoff Beta Carotin, B mit Natriumnitrit, C mit Phosphat, D mit Konservierungsstoff