

	Montag	Dienstag	Mittwoch	01.09. Donnerstag	02.09. Freitag	05.09. Montag	06.09. Dienstag	07.09. Mittwoch	08.09. Donnerstag	09.09. Freitag
Mittagessen				Zucchini-Möhren- Ingwer-Eintopf, Pesto u. Vollkornbrot 3' 4' 1' 6	Milchreis mit Erdbeer- Kirsch-Kompott 5	Hörnchen mit Champignon-Sahne- Soße u. Käse 4' 1' 5' 1' A	Senfeier- Ragout und Petersilien-kartoffeln 4' 6' 9	Fischbulette mit Möhrengemüse und Kartoffel-Pastinaken-stampf 4' 9' 10	Gräupchen-Eintopf mit Petersilie und Roggenbrot 3' 4	Spätzle mit Tomaten-Kräuter- Soße u. Käse 4' 1' 9' 1' A
Nachtsch				Quarkspeise 5	Gemüsesuppe 6	Obst	Gurkensalat		Erdbeeryoghurt 5	Blattsalat mit Dressing
	12.09. Montag	13.09. Dienstag	14.09. Mittwoch	15.09. Donnerstag	16.09. Freitag	19.09. Montag	20.09. Dienstag	21.09. Mittwoch	22.09. Donnerstag	23.09. Freitag
Mittagessen	Bunte Spirelli / Vollkornspirelli mit Tomaten- Sugo (stückig) u. Käse 4' A	Buchweizen-Bratling mit Bulgur und Brokkoli-Humussoße 2' 4' 6' 11	Köttbullar (Rind) in Gemüse-Kräutersoße mit Reis / Vollkornreis 4' 5	Erbensuppe mit Geflügel-würstchen u. Vollkornbrot 3' 4' 6' 8	Hefeklöße mit Vanillesoße 4' 5	Spaghetti mit vegetarischer Carbonarra u. Reibekäse 4' 5' A	3 Falafelbällchen in Letscho- Soße und Reis / Vollkornreis 4' 6	Welsfilet mit buntem Gemüse und Kartoffelstampf 4' 10	Nudel- Gemüse-Eintopf mit Basilikumpesto und Roggenbrot 3' 4	Kartoffeln, Rührei, Spinat 9
Nachtsch	Obst	Möhren- Orangen-Rohkost		Sanddorn-Joghurt 5	Tomatensuppe mit Nudeln 4	Trinkjoghurt 5	Tomaten-Gurkensalat		Zitronen-Rührkuchen 4' 9	Apfel- Direktsaft
	26.09. Montag	27.09. Dienstag	28.09. Mittwoch	29.09. Donnerstag	30.09. Freitag					
Mittagessen	Muschelnudeln mit Tomaten-Basilikum- Soße u. Mozzarella 4' A	Rote- Bete-Kokos- Curry u. Basmatireis	Szegediner Gulasch (Rind) und Hefeknödel 4' 9	Wirsing-Kartoffel- Eintopf mit Tomatenpesto und Vollkornbrot 3' 4	Vollkorn-grießbrei mit Kirsch- Apfel-Kompott 4' 5					
Nachtsch	Obst	Bananen-Lassi 5		Kaltschale	Kartoffel- Creme-Suppe 6					



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