

	02.10. Montag	03.10. Dienstag	04.10. Mittwoch	05.10. Donnerstag	06.10. Freitag	09.10. Montag	10.10. Dienstag	11.10. Mittwoch	12.10. Donnerstag	13.10. Freitag
Mittagessen	Makkaroni mit Tomaten- Sugo (stückig) u. Käse 4 ¹ A		Gräupchen-Eintopf mit Petersilie und Vollkornbrot 3 ¹ 4	Backfisch mit Möhrengemüse und Kartoffel-Pastinaken-stampf 4 ¹ 9 ¹ 10	Gemüse-bällchen mit Paprika-Tomatensoße und Hefeknödel 4 ¹ 9	Hörnchen mit Spinat- Lachs-Soße 4 ¹ 5 ¹ 10	Senfeier- Ragout und Petersilien-kartoffeln 4 ¹ 6 ¹ 9	vegetarische, gefüllte Paprikaschote mit Bratensoße und Kurkumareis 4	Kürbis-Kartoffel-Eintopf mit Kürbisöl und Roggenbrot 3 ¹ 4	sächsische Eierkuchen mit Apfel- Kirschmus 5 ¹ 9
Nachtisch	Obst	Feiertag	Obst		Birnenkompott	Obst	Gurkensalat		Erdbeeryoghurt 5	Brokkolicreme-suppe 6
	16.10. Montag	17.10. Dienstag	18.10. Mittwoch	19.10. Donnerstag	20.10. Freitag	23.10. Montag	24.10. Dienstag	25.10. Mittwoch	26.10. Donnerstag	27.10. Freitag
Mittagessen	Bunte Spirelli / Vollkornspirelli mit Tomaten- Kürbis-Soße u. Gouda-Käse 4 ¹ A	Gemüse- Bratling mit Bulgur und Brokkoli-Humussoße 2 ¹ 4 ¹ 6 ¹ 11	provenzalische Fischpfanne (Tilapia) mit buntem Gemüse und Kartoffelstampf 5 ¹ 10	Erbensuppe mit Geflügel-würstchen u. Vollkornbrot 3 ¹ 4 ¹ 6 ¹ B	Kartoffeln mit Radieschen-quark, Leberwurst (Geflügel) u. Butter 5	Spaghetti mit vegetarischer Carbonarra u. Reibekäse 4 ¹ 5 ¹ A	3 Falafelbällchen in Letscho- Soße und Reis / Vollkornreis 4 ¹ 6	Geflügelbulette mit dunkler Gemüesoße und Kartoffeln 4 ¹ 5	Gemüse-Eintopf mit Nudel- Reis, Basilikumpesto und Roggenbrot 3 ¹ 4	Milchreis mit Kirsch- Kompott 5
Nachtisch	Obst	Apfelmus		Quarkspeise 5	Direktsaft	Trinkjoghurt 5	Möhren-Orangen-Rohkost		Pflaumen-Rührkuchen 4 ¹ 9	Tomatencreme-suppe 6
	30.10. Montag	31.10. Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag					
Mittagessen	Muschelnudeln mit Soße Napoli u. Reibekäse 4 ¹ 5 ¹ A									
Nachtisch	Obst	Feiertag								



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, 12 Schalenfrüchte

www.gruenschnabel-vollwertcatering.de

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