



**Speisekarte**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Menülinie 1</b> *	Vollkornnudelpfanne mit Brokkoli und Möhren (Aa,B,C) dazu Karottensalat (5,P)	Tofu (H) und Kichererbsen in fruchtiger Tomaten-Paprikasauce dazu Blattsalat mit Karotten und Mais an Essig-Öl-Dressing (G)	Putensteak in Kokos-Mangosauce dazu Blattsalat an Honig Senf Dressing (C,G)	Fischburger (Brötchen mit Seelachsfilet, Sauce, Salat und Tomate) (Aa,C,E,G,O) dazu Blattsalat an hausgem. Joghurtdressing (5,C,G,P)			
<b>empfohlene Beilage</b> *		Bio-Bulgur (Aa)	Vollkornreis				
<b>Menülinie 2</b> <i>Vegetarisch</i>			Brokkolicremesuppe ( C) **** Pancakes (Aa,B,C) mit gelber Grütze (Apfel, Mango, Pfirsich) (5)	Kartoffel-Linsengulasch (5,C,G) dazu Blattsalat an hausgem. Joghurtdressing (5,C,G,P)			
<b>Menülinie 3</b> <i>Fleisch/Fisch</i>	Hähnchenbrustfilet mit Rahmsauce ( C) dazu Biomöhren	Bio-Spaghetti (Aa) mit Bolognese-Sauce (Rind) (5,D) mit Reibekäse ( C) dazu Blattsalat mit Karotten und Mais an Essig-Öl-Dressing (G)					
<b>Beilagen</b> (wahlweise)	Bio-Penne (Aa) Kartoffelgratin (B,C,8)	Bio-Bulgur (Aa) Bio-Salzkartoffeln	Vollkornreis Bio-Spätzle (Aa,B)	Bio-Gabelspaghetti (Aa) Wedges (Aa)			

