



Speisekarte

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Salatteller <i>Vegetarisch</i>		Salatteller (Blatt-, Karotten-, Gurken-, und Kartoffelsalat (5,G), Tomate, Joghurtdressing (C,G)		Salatteller (Blatt-, Karotten-, Gurken-, und Kartoffelsalat (5,G), Tomate, Joghurtdressing (C,G)			
Menülinie 1 *	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 Seelachsfrühdelle, Sauce, Salat und Tomate) (Aa,C,E,G,O) dazu Blattsalat an hausgem. Joghurtdressing (5,C,G,P)			
empfohlene Beilage *		Bio-Bulgur (Aa)	Vollkornreis				
Menülinie 2 <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)			
Menülinie 3 <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)					
Beilagen (wahlweise)	Bio-Penne (Aa) Kartoffelgratin (B,C,8)	Bio-Bulgur (Aa) Bio-Salzkartoffeln	Vollkornreis Bio-Spätzle (Aa,B)				
Dessert *	Heidelbeerquark (C)	Bio-Schokojoghurt (C)	Bio-Obst	Bio-Naturjoghurt (C) mit Erdbeersauce			

