

... VON HAND MIT HERZ



Rückmeldung bis Mittwoch 10:00 Uhr über die Stay-Informed App !

KW 16	Montag, 15.04.2024	Dienstag, 16.04.2024	Donnerstag, 18.04.2024
Dessert	Rahmjoghurt mit Beeren _G	Vanillepudding _G	Erdbeer-Joghurt-Milchshake _G
Obst	1 Pflaume	1 Bio-Apfel	1 Birne
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	*Hähnchengeschnetzeltes in milder Currysoße _{A;E;F;G;I;J;K}	(V) Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt und Kürbissoße _{A;C;G;I;J}	*Rinder-Pizzasteak in BBQ-Soße _{A;C;E;F;I;J}
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	(V) Vegi-Geschnetzeltes mit Kichererbsen und Paprika in milder Currysoße _{A;E;F;G;I;J;K}	(V) Vegetarisches Currywurstgulasch _{A;E;F;I;J}	(V) Gewürz-Rahm-Linsengemüse _{A;G;I;J}
Menü 3 Aufläufe & Gratin + 1 Gemüse oder Salat	(V) Erbseneintopf mit Kartoffeln und Gemüse _{A;I;J}	(V) Pennenudeln mit Tomatensoße und Reibekäse _{A;C;G;I;J}	(V) Pfannkuchen mit Zimt-Zucker _{A;C;G}
Sättigungsbeilage 1	1 Semmel _A	Bio-Vollkornreis	Bio-Knöpflespätzle _{A;C}
Sättigungsbeilage 2	Weißer Bio-Reis	Fussili _{A;C}	Kleine Ofenkartoffeln _{I;J}
Gemüsebeilage	Brokkoli	Bio-Mais	Bio-Apfelmus
Salat	Chinakohlsalat	Karottensalat _{C;G;I;J}	Coleslaw _{C;G;I;J}
Wissenswertes = Vegan		<i>Die Karotten sind sehr gesund. Sie liefern uns viele Vitamine, Mineralien und stärken das Immunsystem.</i>	<i>Die Linsen in unserem Gewürzrahm-Linsengemüse haben einen hohen Eiweiß- und Ballaststoffgehalt. Ebenso unterstützen sie unser Herz-Kreislaufsystem.</i>