

Menüplan vom 04.11. bis 08.11.2024



Montag	Chili con Carne vom Rind mit roten Bohnen, Mais und Kartoffelwürfel [GG, WZ, SU, SL, SE] Fladenbrot [DI, GE, WZ, LU, SM] Veggie: Kürbis Falafel Bällchen Kohlrabigemüse mit Schnittlauch [GG, WZ, ML] Salzkartoffeln
Dienstag	Spiralnudeln [EI, WZ, GG] Lauch-Rahmsoße [GG, WZ, ML] Gemischter Salat mit Honig Senf Dressing [SE, SU / 2]
Mittwoch	Hähnchenbrustfilet Erbsen-Möhrengemüse [GG, WZ, ML] Salzkartoffeln Veggie: Selleriepuffer [GG, SL, WZ] mit cremigem Kräuterquark [ML] Salzkartoffeln Blattsalat mit Joghurtdressing [ML]
Donnerstag	Spiralnudeln [EI, WZ, GG] Tomaten-Thunfischsoße [GG, WZ, SU, ML / 2] Spitzkohlsalat mit roter Paprika [SU, ML, ML / 2] Veggie: Indische Reispfanne mit Erbsen, Möhren, Rosinen und Mandeln [MA, SF] Tomatensoße [GG, WZ, SU / 2] Spitzkohlsalat mit roter Paprika [SU, ML, ML / 2]
Freitag	Vorsuppe: Flädlesuppe [EI, ML, WZ, GG] American Pancakes [EI, GG, ML, WZ] Apfelmus [2]