

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|--|--|
| Hauptspeise | Hauptspeise | Hauptspeise | Hauptspeise | Hauptspeise |
| Spinatknödel mit Kräutersauce | Chicken Nuggets (Hühnchen) mit hausgemachter Curry-Sauce und Süßkartoffelpüree (mit Bio-Kartoffeln) | Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen mit Petersiliensauce und Bulgur | Rindercevapcici mit Paprika-Tomatensauce und parboiled Reis | Alaskaseelachs paniert mit Remoulade und parboiled Reis |
| Salat / Rohkost (KRK) | Salat / Rohkost (KRK) | Salat / Rohkost (KRK) | Salat / Rohkost (KRK) | Salat / Rohkost (KRK) |
| Krautsalat | 🌿 Salatmix mit Orangen-Dressing | Gurken-Mais Salat mit Joghurt-Dressing | 🌿 Knabber-Rohkost (Gurke, Karotte, Paprika, Kohlrabi, Cocktailltomate) | 🌿 Knabber-Rohkost (Gurke, Karotte, Paprika, Kohlrabi, Cocktailltomate) |
| Dessert | Dessert | Dessert | Dessert | Dessert |
| Buttermilchdessert Mango | Früchtequark (Ananas, Mandarine, Pfirsich) | 🌿 Rote Grütze (Erdbeere, Kirsche, Traube) | Apfeljoghurt | Hausgemachter Grießbrei mit Zimt & Zucker |
| Snack | Snack | Snack | Snack | Snack |
| 🌿 Spielplatz Obst, Bio: Apfel, Banane, Birne (nach Verfügbarkeit) | 🌿 Spielplatz Obst, Bio: Apfel, Banane, Birne (nach Verfügbarkeit) | 🌿 Spielplatz Obst, Bio: Apfel, Banane, Birne (nach Verfügbarkeit) | 🌿 Spielplatz Obst, Bio: Apfel, Banane, Birne (nach Verfügbarkeit) | |

| Allergie HS | Allergie HS | Allergie HS | Allergie HS | Allergie HS |
|--------------------------|---|--------------------------|---|---|
| | 🌱 vegane Nuggets mit hausgemachter Curry-Sauce und veganem Süßkartoffelpüree (mit Bio-Kartoffeln) | | 🌱 vegane Bällchen mit Paprika-Tomatensauce und parboiled Reis | 🌱 Quinoa-Erbсен-Bratling mit veganer Remoulade und parboiled Reis |
| Allergie HS vollst. | Allergie HS vollst. | Allergie HS vollst. | Allergie HS vollst. | Allergie HS vollst. |
| Allergie KRK | Allergie KRK | Allergie KRK | Allergie KRK | Allergie KRK |
| Allergie KRK vollst. | Allergie KRK vollst. | Allergie KRK vollst. | Allergie KRK vollst. | Allergie KRK vollst. |
| Allergie Dessert | Allergie Dessert | Allergie Dessert | Allergie Dessert | Allergie Dessert |
| Allergie Dessert vollst. | Allergie Dessert vollst. | Allergie Dessert vollst. | Allergie Dessert vollst. | Allergie Dessert vollst. |

Tipp der Woche:

Rezept: Ofenkürbisse

Zutaten: 1 Hokkaidokürbis, 6 EL Olivenöl, frische Rosmarinzwige, etwas Salz. Zubereitung: Kürbis in 5x5 große Stücke schneiden. Kürbisstücke auf ein mit Backpapier ausgelegte Backblech nebeneinander legen. Mit Olivenöl beträufeln, mit etwas Salz bestreuen, Rosmarinzwige auf die Würfel geben. Bei 200 Grad ca. 20 Minuten knusprig backen.