

... VON HAND MIT HERZ



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

KW 17	Montag, 22.04.2024	Dienstag, 23.04.2024	Donnerstag, 25.04.2024
Dessert	Kirschjoghurt _G	Früchte-Joghurtmüsli _{A;G;E;H}	Ananasquark _G
Obst	1 Pflaume	1 Bio-Apfel	1 Birne
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	*Rindergulasch mit Paprika _{A;I;J}	*Paniertes Putenschnitzel mit Bratensoße _{A;C;I;J}	*Chicken-Gemüse-Hackbraten mit Kräuterrahmsoße _{A;C;G;I;J}
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	(V) Vegi-Hack-Gemüse-Linsen-Haschee _{A;I;J}	(V) Gemüse-Käsesterne mit Tomatensoße _{A;C;G;I;J}	*Kräuterkäsenocken mit Pilzsoße _{A;C;G;I;J}
Menü 3 Aufläufe & Gratins + 1 Gemüse oder Salat	(V) „Bami Goreng“ gebratene Nudeln mit Ei, Lauch und Sojasoße _{A;C;E;F;I;J;K}	(V) Dinkel-Ricotta-Gemüse-Käseauflauf _{A;Ad;C;G;I;J}	(V) Bio-Grießbrei mit Bio-Zimt-Zucker _{A;G}
Sättigungsbeilage 1	Vollkorn-Hörnlenudeln _{A;C}	Spätzle	Kartoffelpüree _G
Sättigungsbeilage 2	Weißer Bio-Reis	Kleine Ofenkartoffeln _{I;J}	Spätzle _{A;C}
Gemüsebeilage	Karottengemüse	Bio-Mais	Pfirsichkompot
Salat	Blattsalat	Chinakohlsalat	Rote-Bete-Apfelsalat _{I;J}
Wissenswertes = Vegan	<p><i>Die Vollkorn-Hörnlenudeln enthalten viele Nährstoffe, B- Vitamine und Eisen. Diese sind gut für die Haare und für das Immunsystem.</i></p>		<p><i>Der Rote-Bete-Apfelsalat ist reich an Betacarotin. Das brauchen wir für die Augen, für den Knochenaufbau und für den Stoffwechsel.</i></p>