

Woche 5	13. Okt	14. Okt	15. Okt		16. Okt	17. Okt	18. Okt	19. Okt
Menü I Vollkost	Marokanische Rinderhackbällchen mit Champignons in Sesam-Rahmsoße  Orientalischer Reis	Soljanka pikanter Eintopf mit verschiedenen Würstchen Speck, Paprika, Gurke und Kartoffelwürfel	Gebackene Polenta-Spinat Knusper tasche auf Gemüse-Tomatensugo Sauerrahm	 "Klima Day"	Ruhrpott Schaschlik Ofenkartoffeln mit Kräuterquark Omas Wachsbrechbohnsalat	Heringsfilet in Sahnesoße Salzkartoffeln grüner Salat in Kräuter-Dressing	Pichelsteiner Rindfleisch Eintopf Kartoffeln, Rindfleisch reichlich Gemüse, Weißkohl und Petersilie	Ofenfrischer Hackbraten Rahmsoße Blumenkohl Butterkartoffeln
	WE/EI/M/SEL/SEN/SES/MA  1/2/3/8/9/SEN	 3/WE/M	 2/9/WE/SO/M/SEL		 1/3/9/EI/M/SEN	 SEL	 WE/EI/M/SEL/SEN	
Menü II angepasste	Vollkorn-Pennnudeln mit Geflügelbällchen Auberginen und Tomaten-Kräuterrahm	Hausgemachte Lachs-Lasagne mit Spinat und Tomaten in Bechamelsoße	Gefüllte Blaubeer-Pfannekuchen mit süßem Quark		Tomaten-Spinat Kartoffel-Tortilla mit Ziegenfrischkäse Hähnchenfleisch und Honig in Kräuter-Royal	gegrillte Hähnchenbrust Blumenkohl a la Creme Kartoffelstampf	Gegrilltes Seelachsfilet auf gebratenem Kartoffel-Gurkengemüse in pikanter Fischsoße	Rinderbraten in Schmorsoße Kohlrabigemüse kleine Kartoffeln
	 WE/EI/M	 WE/M	 9/WE/EI/M		 2/EI/M	 WE/M/SEL	 WE/K/M/W	 WE/SEL
Menü III Vegie	Gebratene Woknudelpfanne asiatisches Gemüse Plaint base Streifen in Sojasoße	Gefüllte Zucchini mit Ratatouille und Mozarella auf scharfem Cous Cous Salat	Vegetarische Kottbullar Barbecue-Dip Ofenkartoffeln und Zucchini gemüse		Vegetarische Cannelloni in Tomatensugo und Käse überbacken	Maccaroni with Cheese mit Brokkoli und Erbsen in Cheddar Cheese Soße	Vegane Schupfnudelpfanne Zuckerschoten Kirschtomaten	Veganer Orientalischer Reis-Spinat Auflauf mit Safran
	 WE/SO	 WE/EI/M/SEL/SEN	 1/9/WE/EI/SO/M/SEN		 2/3/WE/DI/EI/SO/M/SEL	 WE/M	 WE	
Menü IV Vegan	Vegane Kässpätzle mit Röstzwiebeln und Schnittlauch und Salat	Fisch vom Feld Vegane Kibbeling Kartoffelsalat und Aioli	Vegane Linsenravioli in scharfer Red Curry Kokos Soße und mediterranen Gemüsen		Vegane Bandnudeln mit Vuna (veganer Thunfisch) Kapern, Zwiebeln und Tomaten in Rahm	Vegane Gnocchipfanne mit buntem Gemüse Pflanzencreme und Käse		
	 WE	 2/3/WE/SEN	 3/5/WE/SO/SES		 1/WE	 WE		
Vollkost dessert	frisches Obst der Saison	Grießcreme mit Himbeersirup WE/M/MA	Schokoladenpudding M		Fruchtjoghurt 1/M	Buttermilch - Kirsch Dessert M	Stracciatella Creme Dessert M	Erdbeer-Joghurt Mousse M
Kuchen	Schoko Sandgebäckring (WE/GE/EI/SO/M)	Mürbekeks (WE/GE/EI/SO/M)	Apfelberliner (WE/EI/M)		Schweineohren (2/3/WE)	Aprikosenkuchen (WE/EI/PIS)	Ochsenaugen (3/WE/GE/EI/SO/M)	Brownie (2/WE/EI/SO)

(1) Farbstoff (2) Konservierungsstoffe (3) Antioxidantien (4) Geschmacksverstärker (5) geschwefelt (6) geschwärzt (7) gewachst (8) Phosphat (9) Süßungsmitteln (WE) glutenhaltiges Getreide Weizen (RO) glutenhaltiges Getreide Roggen (GE) glutenhaltiges Getreide Gerste (HAF) glutenhaltiges Getreide Hafer (DI) glutenhaltiges Getreide Dinkel (K) Krebstiere (Ei) Ei (F) Fisch (Er) Erdnüsse (SO) Soja-Bohnen/-erzeugnisse (M) Milch (einschließlich Lactose) (Sel) Sellerie (Sen) Senf (Ses) Sesamsamen (SO2) Schwefeldioxyd und Sulfite (L) Lupinien (W) Weichtiere (MA) Schalenfrucht Mandeln (Amygdalus communis) (HAS) Schalenfrucht Haselnüsse (Corylus avellana) (PIS) Schalenfrucht Pistazien (Pistacia vera) (KAS) Schalenfrucht Kaschunüsse (Anacardium occidentale)