

13.10.-17.10.

Montag

Mittagessen

Schinkennudeln



Weizen



mit Ketchup hausgemacht



Smoothie

Apfel.Karotte

Mango

Dienstag

Gemüsesticks

Paprika.Kohlrabi

Karotte.Gurke

vegetarisches "Chilli"



mit Mais.Kidneybohnen.Tomate

& Reis



Mittwoch

Rohkostsalat

Apfel.Gurke

Schnittlauch.Kohlrabi

Linguine



Weizen

mit LachsSahneSoße



& Erbsen



Donnerstag

Gulaschsuppe

mit Karotte.Kartoffel

& Vollkornbutterbrot



Roggen.Dinkel.Traubenkern



Minimuffin



-Kürbis-



Weizen

Freitag

klare Brühe

mit Graupen



Minigemüse



& Wiener 1.2.3



Reisauflauf



mit Apfelmus

