

Speiseplan für die Woche vom 22.05- 26.05.23

Montag

Frühstück: Mischbrot(a1,a2) , Knäckebrot(a1,a2), Fruchtaufstrich, Margarine(g),
Obst-Gemüse, Milch(g)

Mittag: Nudel - Spinat - Auflauf (a,g) ,danach $\frac{1}{2}$ Banane



Vesper: Roggenvollkornbrot(a1,a2) Schnittkäse(g), Gemüse

Dienstag

Frühstück: Früchtemüsli & Haferflocken , Mehrkornbrot(a1,a2), Margarine(g),
Obst-Gemüse, Milch(g)

Mittag: Stücke von der Putenbrust  in Champignonrahm(g),
gebratene Semmelknödel(a,g)

Vesper: Waldbeerquark(g), Hafercrumble(a1,a2)

Mittwoch

Frühstück: Kürbiskernbrot(a1,a2), Knusperbrot (a1,a2), Curryfrischkäse(g),Margarine(g)
Obst- Gemüse, Milch(g)

Mittag: Cremiger Milchreis (g), mit Zucker/ Zimt ,dazu Erdbeerkompott



Vesper: Bunter Obstsalat, Zitronen- Minz- Joghurt (g)

Donnerstag

Frühstück: verschiedene Brötchen(a1-a4),Butter(g), Fruchtaufstrich, Honig,
(Kürbis, Roggen, Vollkorn) Obst-Gemüse, Milch(g)

Mittag: Gedünstetes Seelachsfilet  an Senfsauce(g), Kartoffeln, Rohkostsalat

Vesper: Obstsmoothie(g), Vollkornkekse(a1,a2)

Freitag

Frühstück: Cornflakes - Haferflocken, Roggenbeck(a1,a2),Margarine(g)
Obst- Gemüse, Milch(g)

Mittag: Kartoffel- Möhren - Eintof mit Erbsen, dazu ofenfrisches Baguette(a1,a2)



Vesper: Vanille muffins(a1,a2,g), Apfel

Tee und Wasser gehören zum täglichen Getränkeangebot.