

| KW 34              | Montag                           | Dienstag                                                                | Mittwoch                       | Donnerstag                                                          | Freitag                     |
|--------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>Vorspeise</b>   | Bohnensalat                      | Gurkensticks                                                            | Tomatensalat                   | Gurkensalat                                                         | Karottensalat               |
| <b>Hauptgang</b>   | Putengulasch, dazu Vollkornreis  | Polentabratling mit Pinienkernen, dazu Bohnen mit Tomate, Parmesansauce | Linsensuppe mit Kürbiskernbrot | Wildlachsfilet mit Kräuterkruste, Süßkartoffelpüree und Erbsensauce | Milchreis mit Zimt & Zucker |
| <b>Vegetarisch</b> | Veggiegulasch, dazu Vollkornreis |                                                                         |                                | Möhrenbratling, Süßkartoffelpüree und Erbsensauce                   |                             |
| <b>Dessert</b>     | Apfel                            | Himbeerquark                                                            | Pfirsich                       | Joghurt mit frischen Früchten                                       | Obst                        |

\*Gramm Kohlenhydrate pro 100g



Wir verwenden ausschließlich Biogewürze.  
Wir sind zertifiziert durch die GFRS DE-ÖKO-039