

| KW 3 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--------------------|-------------------------------------|---|--------------------------------------|--|-------------------------|
| Vorspeise | Nudelsalat mit Paprika und Möhrchen | Feldsalat mit Balsamhonigdressing | Gurkensticks | Römersalat mit Thousand-Island Dressing | Gurkensalat |
| Hauptgang | Putencurry mit Reis | Mais-Tortilla Puffer mit Garkensalsa und Vollkornreis | Süßkartoffelsuppe mit Körnerbrötchen | Seelachs mit Rahmspinat und Salzkartoffeln | Nudeln mit Tomatensauce |
| Vegetarisch | Tofucurry mit Reis | | | Grünkernbratling mit Rahmspinat und Salzkartoffeln | |
| Dessert | Mandarine | Schokopudding | Birnenquark | Gelber Früchtekompost | Heidelbeerquark |

*Gramm Kohlenhydrate pro 100g



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