

MENÜ

für die Woche vom
20.01.2025 bis 24.01.2025

EST. 2024

KÜCHEN
WERK
STATT

TAG

GERICHT

MONTAG



Pizza Margherita mit Mozzarella (Aw,B,C) mit
Knabbergemüse Möhren, Paprika, Gurke und Kohlrabi



DIENSTAG



Hühnerfrikassee (B,C) mit Erbsen, Möhren und
Spargel dazu Langkornreis
Fleischlose Alternative: Sojafrikassee (H)



MITTWOCH



Spirelli (Aw) mit Pesto rot (B) und Pesto grün (B)
hausgemacht dazu geriebener Grana Padano (B)
und einen Brokkoli Salat



DONNERSTAG



Kartoffel-Blumenkohlgratin (B,C) überbacken mit Gouda
und Blattpetersilie



FREITAG



Cremige Kartoffelsuppe (B,C,J) mit Sellerie, Möhren
und Lauch dazu hausgemachte Kräutercroutons (Aw)
und Mehrkornbrötchen (Aw,Ar,Ad)



WUSSTEST DU
SCHON?

Hühnerfrikassee ist ein klassisches
Gericht aus der deutschen Küche.
Zubereitet wird es aus
zartem Hühnerfleisch, Gemüse und
einer cremigen Soße. Es wird oft mit
Reis oder Kartoffeln serviert und ist ein
beliebtes Familienessen und eignet sich
hervorragend für festliche Anlässe.



DENKSPORT VOR
DEM ESSEN:

Schätzfrage: Wie viele Gummibärchen sind
in einer 200g Tüte?

Antwort der letzten Woche: Nudeln färbt
man am besten mit natürlichen Farbstoffen,
z.B. aus Spinat (grün), Rote Beete (rot),
Sepiatinte (schwarz) und viele mehr.

DIE SALATBAR

In der Salatbar sind immer **Eisbergsalat**,
Tomate, Gurke, Paprika, Mais und zwei
wechselnde **Dressings**. Dazu gibt es
wechselnde **angemachte Salate** und **Toppings** wie
Röstzwiebeln oder Hirtenkäse und co.

