

MENÜ

für die Woche vom
13.07.2026 bis 17.07.2026



TAG

GERICHT

MONTAG



Salzkartoffeln mit Senfsoße (B,C,K) und gekochtem Ei (E),
dazu Möhren-Apfelsalat mit *Bio-Möhren

DIENSTAG



Lunchpakete für Ausflüge

*Bio-Fusilli (Aw) mit 3-Käse-Hoch-Soße (Aw,B,C) aus *Bio-Milch
und geriebenem Grana Padano (B)

MITTWOCH



*Bio-Hähnchenkeulen mit Basmatireis, dazu Tex-Mex-Gemüse aus
Mais, Kidneybohnen und Paprika mit Kräuterquark (B,C)

DONNERSTAG



Lunchpakete für Ausflüge

Eierpfannkuchen (Aw,B,C,E) mit Apfelkompott, Zimt und Zucker

FREITAG



Spinatsuppe (Aw,B,C) mit Hirtenkäse (B,C) und Baguette (Aw)

**WUSSTEST DU
SCHON?**

Spinat ist ein grünes Gemüse, dass
sehr gesund ist. Er wächst oft im
Garten oder Feldern und kann frisch
oder gekocht gegessen werden.
Spinat enthält viele Vitamine und
Mineralien, die gut für unsere
Knochen und Augen sind. Spinat kann
Salat, Suppen oder als Beilage zu
vielen Gerichten verwendet werden.



**DENKSPORT VOR
DEM ESSEN:**

Wie lange dauert es, bis aus einem Ei ein
Küken schlüpft?

Antwort der letzten Woche:
Gewürze

DIE SALATBAR

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



DE-ÖKO-072



=vegetarisch



=vegan



=Fleisch



=Fisch



=regional



=Specials



=Kinderwunsch