



SPEISEPLAN

Beispielspeiseplan

September

Mo	31.08.15	Bunte Nudeln mit Paprikasoße, Obst
Di	01.09.15	Putenragout mit Möhren und Apfel und Reis, Knabberrohkost mit Dip
Mi	02.09.15	Erbseintopf mit Baguette, Apfel-Möhren-Rohkostsalat
Do	03.09.15	Grießbrei mit Kirschsoße und Zimtucker, Obst
Fr	04.09.15	Kochfisch* in Zitronensoße mit Reis, Knabberrohkost
Mo	07.09.15	Penne mit Brokkolisahnesoße, Obst
Di	08.09.15	Szegediner Gulasch mit Kartoffeln, Knabberrohkost mit Dip
Mi	09.09.15	Möhreneintopf mit Hirse und Weizenvollkornbrot, Schokopudding mit Fruchtsoße
Do	10.09.15	Eierragout mit Erbsen und Blumenkohl und Kartoffelbrei, Obst
Fr	11.09.15	Gebratenes Fischfilet in Senfsoße mit Kartoffeln, Knabberrohkost
Mo	14.09.15	Makkaroni mit Grünkernbolognese und Reibekäse, Obst
Di	15.09.15	Bulette mit Möhregemüse und Kartoffelbrei, Knabberrohkost mit Dip
Mi	16.09.15	Kürbiscremesuppe mit Mehrkornbrot, Apfeljoghurt mit Knusperflocken
Do	17.09.15	Kartoffelgratin mit Rotkohl, Obst
Fr	18.09.15	Kochfisch* in Orangen-Möhrensoße und Reis, Knabberrohkost
Mo	21.09.15	Penne mit Möhren-Zucchini-Soße, Obst
Di	22.09.15	Hackfleisch-Weißkohlpfanne mit Kartoffeln, Knabberrohkost mit Dip
Mi	23.09.15	Reis-Kokos-Suppe mit buntem Gemüse und Sonnenblumenkernbrot, Birnenkompott
Do	24.09.15	Marinierter Tofu mit Grünen Bohnen und Kartoffelbrei, Obst
Fr	25.09.15	Fischauflauf mit Möhren und Reis, Knabberrohkost
Mo	28.09.15	Spirelli mit Käse-Kräutersoße, Obst
Di	29.09.15	Lammcurry mit Couscous, Knabberrohkost mit Dip
Mi	30.09.15	Grüne-Bohnen-Eintopf mit Leinsaatbrot, Rote Grütze mit Vanillesoße
Do	01.10.15	Kartoffelpuffer mit Zimtucker und Apfelmus, Obst
Fr	02.10.15	Kochfisch* in Meerrettichsoße und Kartoffeln, Knabberrohkost

Alle Zutaten stammen aus kontrolliert ökologischer Landwirtschaft. DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

*Der Fisch stammt aus nachhaltigem Wildfang und ist mit dem MSC-Siegel (Marine Stuarship Council) zertifiziert. Die verarbeiteten Lebensmittel sind frei von deklarierungspflichtigen Zusatzstoffen, wie Geschmacksverstärkern, Farbstoffen u.a. **Bitte beachten Sie, dass in dem von uns zubereiteten Fisch trotz größter Sorgfalt, Gräten enthalten sein können.**

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse-/Obstsorten oder andere Zutaten im Biohandel nicht erhältlich sind.

