



Speiseplan vom 26.09.-30.10.2022

### **Gesundes Essen für gesunde Kinder**

<b>Montag</b>	Nudeln Käse-Kräuter-Soße / Süßer Joghurt mit Crunch (a1,d)
<b>Dienstag</b>	Geflügel-Pfanne mit Blumenkohl dazu Reis und Salat(d)
<b>Vegetarisch</b>	Tofu-Blumenkohl-Pfanne mit Reis und Salat ( d )
<b>Mittwoch</b>	Mediterranes Gemüse mit Cous Cous /Obst (d)
<b>Donnerstag</b>	Fischfrikadelle mit Kartoffelpurre / Salat ( a1,i,d)
<b>Vegetarisch</b>	Gemüsefrikadelle mit Kartoffelpurre / Salat ( a1,i,d)
<b>Freitag</b>	Linseneintopf mit Gemüse dazu Brot /Wackelpudding ( a1,d )