



Januar 2021

Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornweizennudeln <sup>a</sup> in Käsesoße <sup>g, l</sup> & Gurken-Mais-Salat mit Kräuterdressing (Milch, Schmelzkäse, Zwiebel) - Bananen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Zucchini-Tomaten-Vollkornreis-Auflauf <sup>c, g, l</sup> (Zwiebel, Eier, Milch, Gouda) - Himbeeryoghurt <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Tomatensuppe <sup>l</sup> & Dinkelweizenbaguette <sup>a</sup> (Zwiebel) - Erdbeerquark <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Erbsen- Möhren- Eintopf mit Rindfleisch <sup>l</sup> (Zwiebel, Kartoffel, Tomatenmark) - Schokopudding <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Fischstäbchen <sup>a, d</sup> , Kartoffelpüree & Spinat <sup>g</sup> (Seelachs, Paniermehl, Milch, Zwiebel) - Eis mit heißen Kirschen <sup>2, g</sup>	Woche vom 04.01.-08.01.2021
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Dinkelweizenspaghetti <sup>a</sup> mit Lachssahnesoße <sup>d, g, l</sup> Gurkensalat mit Joghurtkräuterdressing (Zwiebel, Sahne) - Äpfel	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Hähnchengemüsepfanne mit Vollkornreis & Chinakohl mit Joghurt dressing <sup>g</sup> (Zwiebel, Paprika, Tomaten) - Bananenmilch <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Käse-Lauch-Suppe mit Rinderhack <sup>g, l</sup> & Vollkornweizenbaguette <sup>a</sup> (Zwiebel, Schmelzkäse) - Naturjoghurt mit Haferflockencrisp <sup>a, g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Weizenbandnudel-Brokkoli Auflauf mit Bechamelsoße <sup>a, g</sup> (Milch) - Obstsalat (Apfel, Birne, Kiwi, Ananas)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffelspalten mit Sesam & Schmandkräuterdip <sup>g, k</sup> & Eisberg-Radieschen- Salat mit Kräuterdressing - Eis <sup>2, g</sup>	Woche vom 11.01.-15.01.2021
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Dinkelweizenspaghetti <sup>a</sup> mit Tomaten-Basilikum-Soße <sup>l</sup> (Zwiebel) & Bunter Salat mit Zitronendressing (Gurken, Möhren, Radieschen) - Mandarinen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Schupfnudeln mit Apfelmus <sup>a, c</sup> - Käsewürfel & Weintrauben <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Möhrencremesuppe <sup>g</sup> & Vollkornweizenbaguette <sup>a</sup> (Zwiebel, Milch) - Grießpudding mit Waldbeerensoße <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Putenbrustbrustfilet mit Vollkornreis & Blumenkohlgemüse in Kräutersahnesoße <sup>a, g</sup> (Zwiebel, Milch) - Mandelpudding <sup>g, h</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Seelachsfilet in Dillrahmssoße <sup>a, d, l</sup> Kartoffeln & Brokkoli (Milch) - Eis mit Himbeersoße <sup>2, g</sup>	Woche vom 18.01.-22.01.2021
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kürbis-Kartoffelgratin mit Schafskäse <sup>a, g, l</sup> (Zwiebeln, Milch) - Birnen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Hähnchengeschnetzeltes <sup>a, g</sup> & Vollkornreis (Zwiebel, Champignons, Milch) & Bunter Salat mit Zitronendressing (Paprika, Mais, Gurke) - Zitronenjoghurt <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Zucchini-Linsensuppe mit Kokos <sup>h, l</sup> & Dinkelweizenbaguette <sup>a</sup> (Zwiebel, Ingwer) - Exotischer Quark <sup>g</sup> (Ananas, geröstete Kokosnussschalen)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Spinatkartoffel <sup>g</sup> (Zwiebel, Frischkäse, Milch) - Vanillepudding <sup>g</sup>	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Möhren-Lachs-Lasagne (Zwiebel, Milch, Gouda) <sup>a, d, g, l</sup> - Eis <sup>2, g</sup>	Woche vom 25.01.-29.01.2021

Legende: 1) mit Konservierungsstoff 2) mit Farbstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Süßungsmittel 5) mit Geschmacksverstärker 6) mit Phosphat a) Glutenhaltiges Getreide + Erzeugnisse b) Krebstiere + Erzeugnisse c) Eier + Erzeugnisse d) Fisch + Erzeugnisse e) Erdnüsse + Erzeugnisse f) Soja + Erzeugnisse g) Milch und Erzeugnisse h) Schalenfrüchte + Erzeugnisse i) Sellerie + Erzeugnisse j) Senf + Erzeugnisse k) Sesamsamen + Erzeugnisse l) Lupinen + Erzeugnisse m) Weichtiere + Erzeugnisse n) Schwefeldioxid + Sulfite

Wenn nicht anders benannt handelt es sich unter a) um Weizen