

Januar 2023

<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Vollkornspaghetti ^a mit Tomaten-Basilikumsauce und Avocado- Linsensalat mit Kräuterdressing</p> <p>-</p> <p>Bananen</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Paprikarahm - Hähnchenschnitzel (natur) ^g mit Kroketten ^a und Kopfsalat mit Kräuterjoghurdressing ^g</p> <p>-</p> <p>Erdbeermilch ^g</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Brokkolicremesuppe ^{l,g} mit Vollkornweizenbaguette ^a</p> <p>-</p> <p>Exotischer Quark ^g (Ananas, Kokosraspeln)</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Schupfnudeln ^{a,c} mit Apfelmus</p> <p>-</p> <p>Thunfischweizenwraps ^{a,d,g}</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Kabeljau in Dillrahmsauce ^{d,g} mit Vollkornreis und Eisbergsalat mit Essig-Öldressing</p> <p>-</p> <p>Vanilleeis ^{2,g} mit Himbeersauce</p>	<p>Woche vom</p> <p>02.01.-</p> <p>06.01.2023</p>
<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Tortelloni ^a in Frischkäsesauce ^g und Möhren-Kichererbsensalat mit Kräuterdressing</p> <p>-</p> <p>Birnen</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Putengulasch, Rotkohl und Kartoffelklöße ^g</p> <p>-</p> <p>Knuspermüsli ^a mit Zitronenjoghurt ^g</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Paprikacremesuppe ^{l,g} mit Dinkelweizenbaguette ^a</p> <p>-</p> <p>Mandarinenquark ^g</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Gebratener chinesischer Vollkornreis ^{a,c,f} (Ei, Sojasauce, Bambussprossen, Knoblauch, Paprika, Erbsen, Möhren, Frühlingszwiebel)</p> <p>-</p> <p>Brioche- Auflauf ^{a,c,g} (Französisches Hefeteigbrot, Himbeeren, Ei, Milch)</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Lachsfilet in Blätterteig ^{a,c,d} mit Remoulade ^c, Salzkartoffeln und Romanasalat mit Kräuterjoghurdressing ^g</p> <p>-</p> <p>Selbstgemachtes Kirscheis ^g</p>	<p>Woche vom</p> <p>09.01.-</p> <p>13.01.2023</p>
<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Farfalle (Weizennudeln) ^a mit Paprikasauce ^g und Eisbergsalat in Essig-Öldressing</p> <p>-</p> <p>Apfel</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Vollkornreis, Putenbrust mit Champignonsauce ^{g,l}</p> <p>-</p> <p>Johannisbeermilch ^g</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Gemüsesuppe ^{a,i} (Möhren, Paprika, Sellerie, rote Linsen)</p> <p>-</p> <p>Himbeerquark ^g</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Spinat-Kartoffel ^g (Zwiebel, Knoblauch, Fetakäse)</p> <p>-</p> <p>Käsekuchen ^{a,c,g}</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Seelachs ^d in Honigsenfauce ^{l,j}, Kartoffeln und gemischter Salat mit Kräuterdressing (Eisbergsalat, Mais, Möhren, weiße Bohnen)</p> <p>-</p> <p>Selbstgemachtes Orangen-Joghurt Eis ^g</p>	<p>Woche vom</p> <p>16.01.-</p> <p>20.01.2023</p>
<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Vollkornweizennudeln ^a mit Brokkoli und Rotbarsch ^{d,g,l,j}</p> <p>-</p> <p>Mandarinen</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Gnocchi- Auflauf ^g (Schmelzkäse, Käse) und Tomaten-Linsensalat mit Essig-Öldressing</p> <p>-</p> <p>Brombeerjoghurt ^g</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Chili sin Carne (Rote Kidneybohnen, Mais) mit Fladenbrot ^{a,k}</p> <p>-</p> <p>Milchreis mit Waldbeerensauce ^g</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Gemüse-Vollkornreis-Pfanne (Erbsen, Möhren, Lauch, Zwiebel) mit Tzatziki ^g und Krautsalat</p> <p>-</p> <p>Schokopudding ^{g,h}</p>	<p>Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel)</p> <p>-</p> <p>Nudelsalat ^{a,c} und Frikadellen ^{c,j} (Rinderhackfleisch) mit Ketchup und Senf ^l</p> <p>-</p> <p>Selbstgemachtes Erdbeereis ^{2,g}</p>	<p>Woche vom</p> <p>23.01.-</p> <p>27.01.2023</p>

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.