



Oktober 2024

Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Chili sin Carne (Mais, rote Kidneybohnen) mit Fladenbrot ^k - Pfersich	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Rindergulasch mit Kartoffeln und Rotkohl - „Apfelschnee“ ^g (Apfelmark, Joghurt)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kaiserschmarrn ^{a,c,g} mit selbstgemachtem Apfelmus - Käse ^g und Weintrauben	Kita geschlossen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs ^d in Honig- Senfsauce ^j mit Vollkornnudeln ^a und Gurkensalat mit Essig-Öldressing - Selbstgemachtes Zitronenjoghurteis ^g	Woche vom 30.09.- 04.10.2024
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornspaghetti ^a mit Paprikasauce ^g und gemischter Salat (Kichererbsen, Mais, Gurke) in Kräuter dressing ^g - Pflaumen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Thunfischpizza ^{a,d,g} - Blaubeermilch ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Zwiebelsuppe ^{h,j} mit Roggenbaguette ^a - Kirschquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Geflügelbockwurst und Pommes mit Ketchup und Mayo ^c - Eis ^{2,g} <u>Übernachtung:</u> Geflügelbockwurst und Pommes mit Ketchup und Mayo ^c / Eis ^{2,g}	Kita geschlossen	Woche vom 07.10.- 11.10.2024
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Tortellini ^a mit Spinatsauce ^g und Gurken-Tomatensalat mit Kräuter dressing - Obstsalat (Apfel, Banane, Trauben)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gemüse-Kartoffel-Auflauf ^g (Blumenkohl, Möhren, Zwiebel, Bohnen) - Himbeerjoghurt ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kürbiscremesuppe ^{l,g} mit Vollkornbaguette ^a - Johannisbeerquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Köttbullar ^{a,c,g} (Rinderhackfleisch) mit Kartoffelpüree ^g , Zwiebelsauce und Preiselbeeren - Selbstgemachte Haferflockenkekse ^{a,g}	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs ^d in Brokkolifrischkäsesauce ^g mit Vollkornreis und gemischter Salat (Mais, Romana, Gurke, Tomate) mit Kräuter dressing - Selbstgemachtes Erdbeerjoghurteis ^g	Woche vom 14.10.- 18.10.2024
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornnudeln ^a mit Tomatensauce und gemischter Salat (Kichererbsen, Mais, Gurke, Feldsalat) in Kräuter dressing ^g - Apfelringe	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornreis, Putenbrust mit Champignonsauce ^g und Eisbergsalat mit Essig-Öldressing - Kirsch-Bananenmilch ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Bohneneintopf ⁱ mit Vollkornbaguette - Mandarinenquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Eier ^c in Senfsauce ^{h,j} mit Kartoffeln und Möhrensalat mit Kräuter dressing - Vanillepudding ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Seelachsragout ^{d,g} mit Weizenbandnudeln ^a und Linsensalat mit Essig-Öldressing - Selbstgemachtes Bananeneis ^g	Woche vom 21.10.- 25.10.2024
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Italienischer Vollkornnudelauf ^{a,g} (Tomate, Mozzarella) und gemischter Salat (Kichererbsen, Möhren, Paprika) in Kräuter dressing ^g - Mandarinen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Spinat- Kartoffeln mit Feta ^g - Obstsalat (Mandarinen, Apfel, Pflaumen) mit Vanillejoghurt ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Brokkolicremesuppe ^{l,g} mit Vollkornbaguette ^a - Bananenquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Hühnerfrikassee ^g (Hähnchenfleisch, Erbsen, Möhren) mit Vollkornreis - Dinkelwaffeln ^{a,c,g}	Kita geschlossen	Woche vom 28.10.- 01.11.2024

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.