


November 2024

Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornweizennudeln ^a mit Linsenbolognese, Parmesan ^g und buntem Salat (Mais, Möhre, Gurke) mit Essig-Öldressing - Birnen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kürbislasagne ^g und Eisbergsalat mit Kräuterdressing - „Apfelschnee“ ^g (Apfelmark, Joghurt)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffelsuppe ^l mit Geflügelwürstchen - Pflaumen-Zimt-Quark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Milchreis ^g mit roter Grütze (gemischte rote Beeren) - Thunfischfrischkäsewraps ^{a,d,g}	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs-Spinat- Pizza ^{a,d,g} - Selbstgemachtes Vanilleeis ^g mit Himbeersauce	Woche vom 04.11.- 08.11.2024 
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Käsespätzle ^{a,g} (Röstzwiebel) und Gurkensalat mit Kräuterdressing ^g - Weintrauben	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Rosenkohlcurry (Kokosmilch) mit Vollkornreis - Bananenmilch ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Minestrone ^l mit Vollkornbaguette ^a - Schokokuchen ^{a,c,g}	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Rindergulasch mit Kartoffeln und Rote Bete Salat - Pfersichquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gnocchi- Thunfisch Auflauf ^{a,d,g} und buntem Salat (Feldsalat, Mais, rote Linsen, Gurke) mit Kräuterdressing - Selbstgemachtes Kirscheis ^g	Woche vom 11.11.- 15.11.2024
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Spinat-Spätzle ^a und Gurken-Linsensalat mit Joghurt dressing ^g - Bananen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffelpüree ^{a,g} mit Sauerkraut und Geflügelfleischkäse - Obstsalat (Trauben, Apfel, Mandarinen)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Erbsensuppe ^{g,l} mit Vollkornbaguette ^a - Waldbeerenquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Zucchini- Tomaten- Vollkornreis-Auflauf ^{c,g} (Ei, Milch, Käse) - Götterspeise (Kirsch) mit selbstgemachter Vanillesauce ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs in Frischkäsesauce ^{d,g} mit Brokkoli und Vollkornreis - Selbstgemachtes Orangenjoghurteis ^g	Woche vom 18.11.- 22.11.2024
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Farfalle ^a mit Pilzsauce ^g und Eisbergsalat mit Kräuterdressing - Obstsalat (Bananen, Apfel, Mango)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffel-Blumenkohl-Auflauf ^g (Zwiebel, Kichererbsen, Knoblauch, Käse) - Johannisbeermilch ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vegetarische Pizzasuppe ^l (rote Kidneybohnen, Mais) mit Vollkornbaguette ^a - Mandarinenquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffel-Paprika-Bohnenpfanne mit Geflügelhackbällchen und Tomatensalat mit Essig-Öldressing - Vanille- und Schokopudding ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Fischburger ^{a,c,d} (Seelachs, Remoulade, Vollkornbrötchen) - Selbstgemachtes Stracciatellaeis ^g	Woche vom 25.11.- 29.11.2024

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.