

Juli 2026

Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornnudeln ^a mit Tomatensauce und Linsensalat mit Kräuterdressing - Erdbeeren	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gemüsegratin ^e (Zucchini, Möhren, Kartoffeln) und Romanasalat mit Essig-Öldressing - Brombeerjoghurt ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Pizzasuppe ^{e,i} (Rinderhackfleisch, Kidneybohnen, Mais) - Pudding ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornreispfanne (Paprika, Zwiebel, Mais, Möhre) und Kräuterjoghurtsauce ^e - Weintrauben	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs ^d in Honig-Senfauce ^l mit Vollkornreis und gemischtem Salat (Endiviensalat, Mais, Kichererbsen) mit Kräuterdressing - Selbstgemachtes Bananeneis ^e	Woche vom 29.06.- 03.07.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Tagliatelle mit Erbsensauce ^{a,e} und Tomaten-Gurkensalat mit Essig-Öldressing - Apfel	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Hähnchengyros, Vollkornreis, Tzatziki ⁱ und Krautsalat - Bananenmilch ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffelsuppe ^{e,i} und Vollkornbaguette ^a - Waldbeerquark ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Möhrenauflauf ^e und gemischter Salat (Paprika, Gurke, Eisberg) mit Kräuterdressing - Selbstgemachte Haferflockenkekse ^{a,c,g}	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Fischburger ^{a,c,d,g} (Vollkornbrötchen, Seelachs, Remoulade) - Selbstgemachtes Erdbeereis ^e	Woche vom 06.07.- 10.07.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Käsespätzle ^{a,e} (Röstzwiebel) und Gurkensalat mit Dilldressing - Wassermelone	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kichererbsencurry (Brokkoli, Kokosmilch) mit Vollkornreis - Erdbeermilch ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Blumenkohlcremesuppe ^{e,i} und Dinkelbaguette ^a - Blaubeerquark ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Geflügelfleischkäse, Kartoffeln und Erbsen und Möhren ^e - Obstsalat (Banane, Apfel, Birne)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs mit Kaisergemüse (Möhre, Blumenkohl, Brokkoli) und Kartoffeln - Selbstgemachtes Kirscheis ^e	Woche vom 13.07.- 17.07.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffeltaschen ^{a,e} mit Frischkäsefüllung und Eisbergsalat mit Kräuterdressing - Bananen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gemüse Reis Bällchen mit Currysauce ^e - Fruchtjoghurt ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Nudelsalat ^{a,c} mit Geflügelfrikadellen und Ketchup - Schokomuffins ^{a,c,g}	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Apfeldinkelpfannkuchen ^{a,c,g} - Weintrauben und Käsewürfel ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Thunfischpizza ^{a,d,g} - Eis ^{2,g}	Woche vom 20.07.- 24.07.2026 (WALDWOCHE)
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornspaghetti ^a mit Linsenbolognese und Parmesan ^e und Eisbergsalat mit Kräuterdressing - Nektarinen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs-Spinat-Quiche ^{a,c,g} - Waldbeermilch ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kohlrabicremesuppe ^{e,i} mit Vollkornbaguette ^a - Pfirsichquark ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Tortellini-Pilz Auflauf ^{a,g} und gemischtem Salat (Feldsalat, Mais, Paprika) mit Kräuterdressing - Honigmelone	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Hot Dogs (Geflügelwurst, Röstzwiebel, Gewürzgurke, Ketchup) - Selbstgemachtes Stracciatellaeis ^e	Woche vom 27.07.- 31.07.2026

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.