

Oktober 2026

Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Spinat-Spätzle-Auflauf ^{a,g} und Tomaten-Gurken-Salat mit Kräuter dressing - Apfel	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Curry Kartoffeln mit gebratenem Lachs ^d und Linsensalat mit Kräuter dressing - Himbeerjoghurt ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kürbiscremesuppe ^{e,l} mit Vollkornbaguette ^a - Erdbeerquark ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Geflügelbratwurst mit Pommes und Ketchup - Eis ^{2,g} - -Übernachtung-	Kita geschlossen	Woche vom 05.10.- 09.10.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornnudeln ^a mit Geflügelhackbällchen in Tomatensauce und Maissalat mit Kräuter dressing - Birne	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffelecken mit Sesam ^k , Kräuterquark ^e und Eisbergsalat mit Essig-Öldressing - Bananenmilch ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Brokkolicremesuppe ^{e,l} mit Roggenbaguette ^a - Beerenquark ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Süßkartoffel-Kichererbsen-Curry mit Vollkornreis - Schokokuchen ^{a,c,g}	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Thunfischpizza ^{a,d,g} - Selbstgemachtes Kirscheis ^e	Woche vom 12.10.- 16.10.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornnudeln ^{a,e} mit Linsenbolognese und Parmesan ^a und Gurkensalat mit Kräuter dressing - Pflaumen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Rindergulasch mit Spätzle ^a und Rote Beete Salat - Apfeljoghurt ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Ajvarsuppe ^l mit Vollkornbaguette ^a - Himbeerquark ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Reibekuchen ^{a,c} mit selbstgemachtem Apfelmus - Weintrauben und Käse ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Rotbarsch ^d in Honig-Senf sauce ^j mit Vollkornreis und Eisbergsalat mit Kräuter dressing - Selbstgemachtes Erdbeereis ^e	Woche vom 19.10.- 23.10.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornspaghetti ^a mit Basilikumpesto ^e und Möhrensalat mit Kräuter dressing ^e - Obstsalat (Trauben, Birne, Apfel)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Eier ^c in Senf sauce ^{e,l} , Kartoffeln und Eisbergsalat mit Kräuter dressing - Erdbeer-Bananenmilch ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Blumenkohlcremesuppe ^{e,l} mit Vollkornbaguette ^a - Kirschquark ^e	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gebratene chinesische Mie-Nudeln ^{a,c} (Sojasprossen, Erbsen, Zwiebel, Möhren, Hähnchenfleisch) - Bananen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gnocchi-Thunfisch Auflauf (Kapern) ^{a,c,d,g} und gemischtem Salat mit Kräuter dressing - Selbstgemachtes Schokoeis ^e	Woche vom 26.10.- 30.10.2026

Legende: 1) mit Konservierungsstoff 2) mit Farbstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Süßungsmittel 5) mit Geschmacksverstärker 6) mit Phosphat ^a) Glutenthaltiges 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.