







	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Linsensuppe (2,3,5,9,a,g,i,j,l) mit Kartoffelwürfel und Knacker, dazu ein Mehrkornbrot(a) 	Hähnchenbrust gebraten(9,f) mit Bio Karotten- Erbsen Rahmgemüse(g,a) und Bio- Langkornreis 	2 Eier(c) in einer Senfsauce(a,g,i) mit Bio Kräuterkartoffeln 	Hackfleischröllchen mit Bratensauce(a),Balkangemüse(g) und Gemüsereis 	Germknödel mit Fruchtfüllung(a,c,g) und Heidelbeersoße  Frisches Obst der Saison
	Frisches Obst der Saison	Eisbergsalat mit Joghurtdressing(3,5,g,l)	Gurkensalat (3,5,i)	Weisskrautsalat(3,5,l)	
	340kcal,1422KJ,10F,47KH,14EW	527kcal,2200kJ,9F,72KH,40EW	580kcal,2424kJ,15F,89Kh,20EW	708kcal,2973kJ,31F,77KH,28EW	553kcal,2335KJ,8F,108Kh,11EW
<b>Menü 2</b>	Kartoffel Gnocchi(2,3,a,c) Mit Tomatensauce  Frisches Obst der Saison	Vegetarische Tortellini(a,c,g) mit einer Tomatensauce(3,5,g,l) und geriebenen Käse(g)  Eisbergsalat mit Joghurtdressing(3,5,g,l)	Geschmorte Kohlroulade (9,c,g,i) vom Schwein in eigener Specksoße (2,3,a,i) mit Bio Kartoffeln 	Bio Penne (a)mit Bio mediterranem Gemüse und geriebenen Käse(a)  Weisskrautsalat(3,5,l)	Matjes(d) mit einer Hausfrauensauce(1,2,3,,8,a,c,g,i) und Bio Kartoffeln 
	Frisches Obst der Saison	Eisbergsalat mit Joghurtdressing(3,5,g,l)	Gurkensalat (3,5,l)	Weisskrautsalat(3,5,l)	Frisches Obst der Saison
	295kcal,1233kJ,2F,60KH,8EW	645kcal,2713kJ,20F,92KH,26EW	412kcal,1725KJ,22F,41Kh,13EW	565kcal,2370kJ,17F,79KJ	565kcal,2370kJ,17F,79KJ

**Bio Speisekarte vom 09.09. 2019 13.09.2019**

