

30.06.- 04.07.2025 Warm	Montag	Dienstag	Donnerstag
Dessert	Ananasquark g	 Bio-Kirsch-Milchshake mit Flohsamen g	 Rote-Grütze
Obst/ Rohkost	  Bio-Orange		  Bio-Banane
Menü I Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat	 *Chicken-Nuggets mit hausgemachtem Ketchupdip A;C;E;F;I;J	 *Kabeljauфриkadele mit Gemüse-Dillsoße	*Hühnerfrikassee in weißer Sahnesoße A;G;I;J
Menü II Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat	BIO – MENÜ 100% BIO! (V) Rahmlinsen mit Lauch, Sellerie und Karotten, A;G;I;J hausgemachte Spätzle A;C	(V) Pfannkuchen mit Zimt-Zucker und Marmelade A;C;G A;C;D;G;I;J	(V) Makkaronelli in feiner Pilz-Kräuter-Sahnesoße A;C;G;I;J
Sättigungsbeilage I	Bio-Spätzle A;C	  Salzkartoffeln	 Weißer Bio-Reis
Sättigungsbeilage II	 Kleine Rösti c		
Gemüsebeilage		 Apfelmus	
Salat	 Blattsalat	  Tomatensalat I;J	  Bio-Karottensalat I;J
Salatdressing	 Joghurtdressing 0,5 L C;G;I;J	 Kräuterdressing 0,5 L I;J	 Paprika-Sauerrahmdressing 0,5 L C;G;I;J
Wissenswertes  = Vegan	Orangen sind bekannt für ihren hohen Gehalt an Vitamin C, das das Immunsystem stärkt und die Hautgesundheit fördert. Zudem haben Orangen einen hohen Wassergehalt, was zur Hydratation des Körpers beiträgt.	Kabeljau ist nicht nur ein schmackhafter Fisch, sondern bietet auch zahlreiche gesundheitliche Vorteile. Unter anderem ist Kabeljau eine hervorragende Proteinquelle, die wichtig für den Muskelaufbau und das Immunsystem ist.	Unsere Linsen- Currysuppe ist lecker, sehr sättigend und enthält viele wichtige Vitamine, Nährstoffe und Ballaststoffe.

