



Salat/Gemüse



Rohkost



Hauptspeise



Hauptspeise II



Vollwert



Frischobst



Nachspeise

Montag 18.05.2026 VeggieDay	roter Krautsalat	Rohkost	westf. Kartoffelcreme- suppe mit 1 Brötchen 12,22,15	mediterrane Gnocchipfanne mit hausgem. Pesto	Vollkornquiche 15 mit mediterranen Gemüsen 12,15,17	Frischobst fruktose	Himbeerjoghurt 12,fruktose
Anzahl							
Dienstag 19.05.2026	Mixgemüse	Rohkost	Hähnchen-medailon mit Rahmsauce und Salzkartoffeln 3	Gemüseschnitzel mit Rahmsauce und Salzkartoffeln 3,15,17	2 Falafel, mit Minzjoghurt und buntem CousCous15 12,20,17,15	Frischobst fruktose	Stippmilch 12,22
Anzahl							
Mittwoch 20.05.2026	Eisbergsalat mit Joghurtdressing 12,22	Rohkost	Penne Regate 15 mit Ge.-Schinken- Sahnesauce 12,22,15	Muschelnudeln mit feiner Gemüse- Kräutersauce 12,22,3,15	Vollkornspiralen mit Tomatencreme 3,12,22,15	Frischobst fruktose	Frischkornbrei mit Früchten (lecker) fructose, 12,15
Anzahl							
Donnerstag 21.05.2026	Gurkensalat	Rohkost	Wurstgulasch "Cowboy" mit Reis 3,20,fructose	Veg. Wurstgulasch "Cowboy" mit Reis 3,20	Dinkel-Gemüse- Bratling mit Sauce und Wildreis 15,3	Frischobst fruktose	Karamelcreme 12,22
Anzahl							
Freitag 22.05.2026	Omas Schwarzwurzeln in Rahmsauce (lecker) 12,19	handgeschnittene Rohkost	gefülltes Fischilet mit Spinat. Dazu Kartoffelpüree	Brokkolifrikadelle mit Kartoffelpüree 3,12,15	türkische Linsensuppe mit Vollkornbrötchen 20,3,15	Frischobst fructose	Schoko-Nuß- Quark 12,22,20
Anzahl							