



Salat/Gemüse



Rohkost



Hauptspeise



Hauptspeise II



Vollwert



Frischobst



Nachspeise

Montag 05.10.2026	Gurkensalat	handgeschnittene Rohkost	Hühnerfrikassee mit Gemüse in Sahnesauce und Reis	Gemüsefrikassee in Sahnesauce mit Reis	griechischer Reisfrikadelle auf Gemüse lecker überbacken	Frischobst	Stippmilch
			12,22,20	12,22,20	3,12,17	fructose	12,21
Anzahl							
Dienstag 06.10.2026 VeggieDay	Möhrenfrisch-kost	handgeschnittene Rohkost	Kartoffelcremesuppe mit 1 Brötchen	Spätzle-Käse-Pfanne mit Gemüse	Brokkolirahmpfanne mit 2 Kartoffelknödel	Frischobst	Vanillecreme
	fructose			12,15,17,22	12,15,17	fructose	12,22
Anzahl							
Mittwoch 07.10.2026	Rotkohl	handgeschnittene Rohkost	Geflügelbratwurst mit Sauce und Salzkartoffeln	veg. Bratwurst mit Sauce und Salzkartoffeln	Linsen-Tomaten-Bällchen mit Basilikumdip und Kartoffeln	Frischobst	Bananenquark
			3	3,2	20,12,3	fructose	12,fructose
Anzahl							
Donnerstag 08.10.2026 VeggieDay	Eisbergsalat mit Cocktaildressing	handgeschnittene Rohkost	Muschelnudeln mit ital Tomatensauce und Parmesan	Schmetterlingsnudeln mit Spinat-Käse-Sauce	Gemüsepfanne Vollkornspiralen	Frischobst	Mamorkuchen
	12		3,12,15,24	15,12,22	15,3	fructose	12,15,17
Anzahl							
Freitag 09.10.2026	Erbsen+Möhren-Gemüse	handgeschnittene Rohkost	gefülltes Fischfilet mit Paprikasauce und Reis	Gemüsefrikadelle mit Paprikasauce und Reis	Sellerietaler mit Wildreis auf Gurkengemüse	Frischobst	Pfirsichjoghurt
	20		12,17,15,18,3	3,12,17	12,17,24	fructose	12,fructose
Anzahl							