

Abgabetermin: _____

Do	1.10	1 Chinapfanne mit Geflügel u. bio Reis (v)	2 Gulascheintopf mit Bio Kartoffeln, Paprika , Champignons u. Brötchen (r,w)	3 Bio- Backofenkartoffel mit Kräuterkartoffelcreme ,Salat. (15,e,m)	
Fr	2.10	1 Hot dog mit Pommes frites auch Vegtarisch. (15,8,e,G,m,w)	2 Griechischer Fisch nach spesos Art mit Tomaten Semmelpräsel, bio Reis. (f,w)	3	

Mo	5.10				
Di	6.10				
Mi	7.10				
Do	8.10				
Fr	9.10				

Mo	12.10				
Di	13.10				
Mi	14.10				
Do	15.10				
Fr	16.10				

Mo	19.10	1 Putengeschnetzeltes mit Käsesauce Bio Nudeln u.Gemüse (m,v,w)	2 Kürbis - Kartoffelauflauf mit Bio Kartoffeln (m,w)	3 Rührei mit Kartoffelpüree und gemischten Salat (e,m)	
Di	20.10	1 Hähnchen Cordon bleu mit bio Reis u. Gemüse (13,14,e,v,w)	2 Huhn á al Tetrizzini (bio Spaghetti Hühner Auflauf) mit Champignons. Kalifornien (m,w)	3 Landhaus - Gratin mit Spätzle, Wirsingkohl. (7,e,m,w)	
Mi	21.10	1 BioSpaghetti mit Bolognese (m,r,v,w)	2 Gemüse - Hackauflauf mit Bio Kartoffeln (m,r,v,w)	3 BioSpaghetti mit vegtarischer Bolognese (Bio Getreide) (m,v,w)	
Do	22.10	1 Tomaten-Bio Nudelaufwurf mit Käse überbacken (m,v,w)	2 Bratwurst(Geflügel) mit Kartoffelpüree und gestovten Gemüse (e,G,m,w)	3 Rübenpuffer mit Zucchini Kräuterquark bio Kartoffeln (e,m,w)	
Fr	23.10	1 Dönerteller mit Fladenbrot u. Salaten oder vegtarisch (13,14,15,e,G,m)	2 Seelachs in Eihülle mit Bohnen Sahnesauce bio Kartoffeln. (e,f,m,w)	3	

Mo	26.10	1 Milchreis mit Kirschen, Zimt u. Zucker (15,m)	2 Bayrisches Schweinegeschnetzeltes mit Sauerkraut, Semmelknödel (7,a,m,s,w)	3 Käsespätzle mit Röstzwiebeln u. Salat (e,m,w)	
Di	27.10	1 Rahmspinat mit Bio Kartoffeln und Ei (e,m)	2 Burger Rösti u. Ei,Speck frischen Zwiebeln,Tomaten Chesterkäsesauce. (15,7,e,s)	3 Bio Kartoffel- Möhren- Gratin mit Bratling aus Biogetreide (e,m,v,w)	
Mi	28.10	1 Hähnchenkeule mit Pommes frites, Ketchup, Mayo. (15,e)	2 Hühnereintopf mit bio Reis und Brötchen (v,w)	3 Gemüsebratling mit Bio Gedreide Kartoffelpüree u. Kräutersauce. (14,e,m,v,w)	
Do	29.10	1 Kaiserschmarrn, Kirschen (15,e,m,v,w)	2 Hackbraten mit gestovten Mischgemüse u.Bio Kartoffeln (e,m,r,v,w)	3 BioKürbis, bio Lasagne (m,w)	

Vor- u. Zuname des Kindes _____

Essenswunsch _____

Wenn Ihr Bilder von unserem Essen sehen möchte bitte unter Insta spyro.tjg_kiel
Guten Apetit, euer Küchenteam u. Spyro.
Abmeldungen unter 0431/204963

Klasse _____

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

Essen in der letzten Spalte eintragen (also 1,2 oder 3)

Abgabetermin:

Fr	30.10	1 Pizza mit Salami (13,14,a,i,m,o,s,w)	2 Pizza mit Thunfisch (f,w)	3 Pizza Magheritta mit Tomatensauce u. Käse (m,w)	
----	-------	--	-----------------------------	---	--

- 1 Konservierungsstoffe
- 15 Zuckerarten u. Süßungsmittel
- 7 Süßungsmittel
- B DE - Öko - 037
- i Sellerie
- r Rindfleisch
- w Getreide

- 11 Koffeinhaltig
- 2 Geschwefelt
- 8 enth. eine Phenylalaninquelle (Aspartam)
- e Ei/ Eiweiß
- k Krebstiere
- s Schweinefleisch
- X Alle Gerichte können in Spuren Gluten enthalten

- 13 Antioxidationsmittel
- 5 Farbstoffe
- 9 kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken
- f Fisch
- m Milchprodukte
- ü Erdnüsse
- y Sesamsamen

- 14 Geschmacksverstärker
- 6 Phosphat
- a Senfsaat
- G Geflügel
- o Soja
- v Vollkorn

Vor- u. Zuname des Kindes

Essenswunsch

Klasse

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

Wenn Ihr Bilder von unserem Essen sehen möchte bitte unter
Insta spyro.tjg_kiel
Guten Apetit, euer Küchenteam u. Spyro.
Abmeldungen unter 0431/204963