

Abgabetermin: _____

| | | | | |
|----|-----|---|--|---|
| Di | 1.9 | 1 Ravioli (14,r,w) | 2 | 3 Blätterteig mit Spinat, Fetakäse u. Tomatensauce (m,v,w) |
| Mi | 2.9 | 1 Putengeschnetzeltes mit bio Nudeln Erbsenu. Karotten (m,v,w) | 2 | 3 Rührei mit Kartoffelpüree und gemischten Salat (e,m) |
| Do | 3.9 | 1 Frikadelle mit Country frites , Sour crem , Mais. (14,15,e,G,m,w) | 2 | 3 Bio Kartoffel- Quark- Pflanzlerl, Karottengemüse, Kräuterquark. (e,m,w) |
| Fr | 4.9 | 1 Kartoffelpuffer mit Apfelmuss u. Zucker (15,e) | 2 Seelachs gebraten u. bio Rosmarinkartoffeln u.Kräuterquark (m) | 3 |

| | | | | |
|----|------|---|--|---|
| Mo | 7.9 | 1 Hühnerfrikassee mit bio Reis (m,v,w) | 2 | 3 Blumenkohl- Broccoli- Auflauf mit bio Nudeln (m,v,w) |
| Di | 8.9 | 1 Chicken Nuggets, Bio Kartoffeln ,Sauce Hollandaise Broccoli. (5,7,e,m,ü ,w) | 2 | 3 Falafel-Wrap mit Dattelcrem Gurke Bulugrsalat, Tomate. (15,m,w) |
| Mi | 9.9 | 1 Fischfrikadelle mit Kartoffelpüree,Sauce u. Gemüse (14,e,f,m,w) | 2 | 3 Bio Kartoffel- Mozzarella Gratin mit Tomaten (m) |
| Do | 10.9 | 1 Hähnchengeschnetzeltes mit Paprikasahnesauce u.bio Nudeln, Salat. (15,m,w) | 2 | 3 Gemüse Curry mit Käse u. bio Reis (m,w) |
| Fr | 11.9 | 1 Hamburger mit Pommes- frites auch Vegtarisch (14,15,7,e,G,w) | 2 Dorsch mit Senfsauce u. Bio Kartoffeln, Salat. (7,a,f,m,w) | 3 |

| | | | | |
|----|------|---|--|--|
| Mo | 14.9 | 1 BioSpaghetti mit Bolognese (m,r,v,w) | 2 | 3 BioSpaghetti mit vegtarischer Bolognese (Bio Getreide) (m,v,w) |
| Di | 15.9 | 1 | 2 Broccoli - Hackfleisch- Auflauf mit Bio Kartoffeln (m,r,v,w) | 3 Frühlingsrolle mit bio Reis u. süß- saurer Sauce (14,15,v,w) |
| Mi | 16.9 | 1 Frikadelle mit Country frites , Sour crem , Mais. (14,15,e,G,m,w) | 2 | 3 Indisches Karotten Eintopf mit Reis. (15,m,w) |
| Do | 17.9 | 1 Backfisch mi bio Reis u. Tomatensauce (14,e,f,m,w) | 2 | 3 Gemischter Salat mit Ei, Käse u.Baguette (15,m,w) |
| Fr | 18.9 | 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) |

| | | | | |
|----|------|--|--|---|
| Mo | 21.9 | 1 Fischstäbchen mit Petersiliensauce u.Kartoffelpüree (14,f,m,w) | 2 | 3 Bio Vollkornnudeln mit Käsesauce u. Salat (m,v,w) |
| Di | 22.9 | 1 Hähnchenbrust mit Estragonsauce u. Broccoli, bio Reis (m,v,w) | 2 | 3 Sellerieschnitzel mit Petersiliensauce u.Bio Kartoffeln (e,i,m,v,w) |
| Mi | 23.9 | 1 Milchreis mit Kirschen, Zimt u. Zucker (15,m) | 2 | 3 Blumenkohl überbacken mit bio Kartoffeln (m,v,w) |
| Do | 24.9 | 1 Tomaten-Bio Nudelauf mit Käse überbacken (m,v,w) | 2 | 3 Bio- Backofenkartoffel mit Kräuterkartoffelcreme ,Salat. (15,e,m) |
| Fr | 25.9 | 1 Pfannkuchen mit Apfelmus u. Zucker. (15,e,m,v,w) | 2 Holsteiner Fischpfanne mit Gemüse,Bio Kartoffeln, überbacken (f,m) | 3 |

| | | | | |
|----|------|---|---|---|
| Mo | 28.9 | 1 Putengeschnetzeltes mit bio Reis und Gemüse (m,v,w) | 2 | 3 Bio Möhren, Puffer mit Joghurtsauce mit Salat (e,m,v,w) |
|----|------|---|---|---|

Vor- u. Zuname des Kindes _____

Essenswunsch _____

Abmeldungen bitte unter 0431/204963

Klasse _____

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes _____

Wir wünschen Euch einen guten Appetit eure Küchenteam u. Spyro

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

Abgabetermin:

| | | | | | | |
|----|------|---|--|---|---|---|
| Di | 29.9 | 1 | Rahmspinat mit Bio Kartoffeln und Ei (e,m) | 2 | 3 | Bio Nudel, Pfanne mit Tomaten, Pilzen, Lauch, mit Sahnesauce. (e,m,v,w) |
| Mi | 30.9 | 1 | Currywurst(Geflügel) mit Pommes frites u.Ketchup u. Mayo (15,e,G,m) | 2 | 3 | Gefüllte Paprikaschote mit bio Reis ,Tomatensauce (e,v,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

Abmeldungen bitte unter 0431/204963

Klasse

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

Wir wünschen Euch einen guten Appetit eure Küchenteam u. Spyro