

Abgabetermin: _____

Fr	1.1				
Mo	4.1				
Di	5.1				
Mi	6.1				
Do	7.1	1	2	3	
Fr	8.1	1	2	3	

Mo	11.1	1	BioSpaghetti mit Bolognese (m,r,v,w)	2	3	BioSpaghetti mit vegtarischer Bolognese (Bio Getreide) (m,v,w)
Di	12.1	1	Hähnchenbrust mit Estragonsauce u. Broccoli, bio Reis (m,v,w)	2	3	BioKürbis, bio Lasagne (m,w)
Mi	13.1	1	Backfisch mi bio Reis u. Tomatensauce (14,e,f,m,w)	2	3	Gemischter Salat mit Ei, Käse u.Baguette (15,m,w)
Do	14.1	1		2	3	Eier mit Senfsauce u. Bio Kartoffeln (7,a,e,m,w) Bio- Backofenkartoffel mit Kräuterkartoffelcreme ,Salat. (15,e,m)
Fr	15.1	1	Hamburger mit Pommes Frites (14,15,7,e,G,w)	2	3	Dorsch mit Senfsauce u. Bio Kartoffeln, Salat. (7,a,f,m,w)

Mo	18.1	1		2	3	Wurstgulasch (Geflügel) mit Bio Vollkornnudeln, Salat. (13,e,G,m,v,w) Bio Reis, Käse Risotto mit Lauchbratling aus Bio Getreide u. Gemüse. (m,v,w)
Di	19.1	1	Rahmspinat mit Bio Kartoffeln und Ei (e,m)	2	3	Rührei mit Kartoffelpüree und gemischten Salat (e,m)
Mi	20.1	1	Putengeschnetzeltes mit Käsesauce Bio Nudeln u.Gemüse (m,v,w)	2	3	Gemüse Curry mit Käse u. bio Reis (m,w)
Do	21.1	1	Currywurst(Geflügel) mit Pommes frites u.Ketchup u. Mayo (15,e,G,m)	2	3	Indisches Karotten Eintopf mit Reis. (15,m,w)
Fr	22.1	1		2	3	Pizza mit Thunfisch (f,w) Pizza Magheritta mit Tomatensauce u. Käse (m,w)

Mo	25.1	1	Fischfrikadelle mit Kartoffelpüree,Sauce u. Gemüse (14,e,f,m,w)	2	3	Bio Kartoffel- Mozzarella Gratin mit Tomaten (m)
Di	26.1	1	Chicken Nuggets, Bio Kartoffeln ,Sauce Hollandaise Broccoli. (5,7,e,m,ü ,w)	2	3	Gefüllte Paprikaschote mit bio Reis ,Tomatensauce (e,v,w)
Mi	27.1	1	Milchreis mit Kirschen, Zimt u. Zucker (15,m)	2	3	Bio Vollkornnudeln mit Käsesauce u. Salat (m,v,w)
Do	28.1	1	Tomaten-Bio Nudelaufauf mit Käse überbacken (m,v,w)	2	3	Käsespätzle mit Röstzwiebeln u. Salat (e,m,w)
Fr	29.1	1	Pfannkuchen mit Apfelmus u. Zucker. (15,e,m,v,w)	2	3	Holsteiner Fischpfanne mit Gemüse,Bio Kartoffeln, überbacken (f,m)

1 Konservierungsstoffe

11 Koffeinhaltig

13 Antioxidationsmittel

14 Geschmacksverstärker

Vor- u. Zuname des Kindes _____

Essenswunsch _____

Wir wünschen Euch frohe Weihnachten und ein guten Appetit .

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:

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

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

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

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

Vor- u. Zuname des Kindes

Essenswunsch

Wir wünschen Euch frohe Weihnachten und ein guten Appetit .

Klasse

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

Abmeldungen unter 0431/204963