

Abgabetermin: _____

Mo	2.1			
Di	3.1			
Mi	4.1			
Do	5.1			
Fr	6.1			

Mo	9.1	1 Fischfrikadelle mit Kartoffelpüree,Sauce u. Gemüse (14,A 1,C,D,G)	2 Asia Burger mit Asiagemüse bio Reis, Asianudeln und Sweetchiliesauce. (15,A 1,C,E,F,K,v,X)	3 Käsespätzle mit Röstzwiebeln u. Salat (A 1,C,G)
Di	10.1	1 Tortellini Auflauf mit Tomtensauce und Salat. (A 1,C,G)	2 Bauernfrühstück Bio Kartoffeln Ei und Gewürzgurke (15,7,C)	3 Bio Möhren, Puffer mit Joghurtsauce mit Salat (A 1,C,G,v)
Mi	11.1	1 BioSpaghetti mit Bolognese aus Rindfleisch. (A 1,G,R,v)	2 Linseneintopf mit Brötchen u. Spätzle (A 1,C)	3 BioSpaghetti mit vegtarischer Bolognese (Bio Getreide) (A 1,G,v)
Do	12.1	1 Currywurst(Geflügel) mit Pommes frites u.Ketchup u. Mayo (15,C,G,Ge)	2 Makkaroni Quiche mit Erbsen u. Tomatensauce (A 1,G)	3 Sellerieschnitzel mit Petersiliensauce u.Bio Kartoffeln (A 1,C,G,I,v)
Fr	13.1	1 Pfannkuchen mit Apfelmus u. Zucker. (15,A 1,C,G,v)	2 Seelachs in Eihülle mit Bohnen Sahnesauce bio Kartoffeln. (A 1,C,D,G)	3

Mo	16.1	1 Chinapfanne mit Geflügel u. bio Reis (v)	2 Burger Rösti u. Spiegelei, frischen Zwiebeln, Tomaten, Chesterkäsesauce, Weißkohlsalat. (15,C)	3 Rührei mit Kartoffelpüree und gemischten Salat (C,G)
Di	17.1	1 Rahmspinat mit Bio Kartoffeln und Ei (C,G)	2 Gemüse Lasagne(bio Lasagne) Tomatensauce Käse überbacken (A 1,G,v)	3 Blumenkohlkäse - Medallions mit Bio Kartoffeln u. Sauce (A 1,C,G)
Mi	18.1	1 Frikadelle mit Maisgemüse sour cream u.bio Schwenkkartoffeln (14,A 1,C,G,Ge)	2 Hühnereintopf mit bio Reis und Brötchen (A 1,I,v)	3 Bio Vollkornnudeln mit Käsesauce u. Salat (A 1,G,v)
Do	19.1	1 Fischstäbchen mit Petersiliensauce u.Kartoffelpüree, Gemüse. (14,A 1,D,G)	2 Japanische Nudelpfanne mit Gemüse u. (A 1,F)	3 Bio Kartoffel-Bohnenaufauf mit Emmentaler (A 1,G)
Fr	20.1	1 Dönerteller mit Fladenbrot u. Salaten oder vegetarisch (13,14,15,C,G,Ge)	2 Holsteiner Fischpfanne mit Gemüse,Bio Kartoffeln, überbacken (D,G)	3

Mo	23.1	1 Hähnchengeschnetzeltes mit Broccoli u. bio Reis (A 1,G,v)	2 Broccoli - Auflauf mit Bio Kartoffeln (A 1,G,v)	3 Bio Reis, Käse Risotto mit Lauchbratling aus Bio Getreide u. Gemüse. (A 1,G,v)
Di	24.1	1 Chicken Nuggets, Bio Kartoffeln ,Sauce Hollandaise Broccoli. (5,7,A 1,C,E,G)	2 Eier mit Senfsauce u. Bio Kartoffeln (7,a,A 1,C,G)	3 Bio Naturreis - Käsegratin, Juliengemüse u.Hollandaise (7,G,v)
Mi	25.1	1 Kaiserschmarrn, Kirschen (15,A 1,C,G,v)	2 Hackbraten mit gestovten Mischgemüse u.Bio Kartoffeln (A 1,C,G,R,v)	3 Qinoabrätling mit Reissalat u. Kräuterquark. (G)
Do	26.1	1 Spirelli- Topf mit Rinder Hackfleisch, Nudeln. (A 1,G,R)	2 Leberkäse mit Sauerkraut u. Kartoffelpüree, Sauce (A 1,C,G,Ge)	3 Gemischter Salat mit Ei, Käse u.Baguette (15,A 1,G)
Fr	27.1	1 Hot dog mit Pommes frites auch Vegetarisch. (15,8,A 1,C,G,Ge)	2 Fisch in Kräuterpanade, Buttergemüse u.Bio Kartoffeln. (A 1,C,D)	3

Vor- u. Zuname des Kindes _____

Essenswunsch _____

Klasse _____

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

Abgabetermin: _____

Mo	30.1	1 Tomaten-Bio Nudelaufauf mit Käse überbacken (A 1,G,v)	2 Emmentaler Burger aus bio Kartoffeln mit American Sauce u. Wedges. (A 1,C,E,G,K,X)	3 Rübenpuffer mit Zucchini Kräuterquark bio Kartoffeln (A 1,C,G)	
Di	31.1	1 Hühnerfrikassee mit bio Reis (A 1,G,v)	2 Rübenmus mit Bio Kartoffeln u.Schweinefleisch (S)	3 Bio Kartoffel- Mozzarella Gratin mit Tomaten (G)	

- | | | | |
|---------------------------------|--|---|---|
| 1 Konservierungsstoffe | 11 Koffeinhaltig | 13 Antioxidationsmittel | 14 Geschmacksverstärker |
| 15 Zuckerarten u. Süßungsmittel | 2 Geschwefelt | 5 Farbstoffe | 6 Phosphat |
| 7 Süßungsmittel | 8 enth. eine Phenylalaninquelle (Aspartam) | 9 kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken | a Senfsaat |
| A1 Getreide | B Krebstiere | Bi DE - Öko - 037 | C Ei/ Eiweiß |
| D Fisch | E Erdnüsse | F Soja | G Milchprodukte |
| Ge Geflügel | H3 Wallnüsse | I Sellerie | J Senf |
| K Sesamsamen | L Schwefeldioxid Sulfit | M Lupinen | N Weichtiere |
| R Rindfleisch | S Schweinefleisch | v Vollkorn | X Alle Gerichte können in Spuren Gluten enthalten |

Vor- u. Zuname des Kindes

Essenswunsch

Klasse

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes