

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 Sweetchilliesauce. (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-Bohnenaufbau mit Emmentaler (A 1, G)	
Fr	20.1	1 Dönerteller mit Fladenbrot u. Salaten oder vegtarisch (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 Qinoabratling 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 Vegtarisch. (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
- 15 Zuckerarten u. Süßungsmittel
- 7 Süßungsmittel
- A1 Getreide
- D Fisch
- Ge Geflügel
- K Sesamsamen
- R Rindfleisch

- 11 Koffeinhaltig
- 2 Geschwefelt
- 8 enth. eine Phenylalaninquelle (Aspartam)
- B Krebstiere
- E Erdnüsse
- H3 Wallnüsse
- L Schwefeldioxid Sulfid
- S Schweinefleisch

- 13 Antioxidationsmittel
- 5 Farbstoffe
- 9 kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken
- Bi DE - Öko - 037
- F Soja
- I Sellerie
- M Lupinen
- v Vollkorn

- 14 Geschmacksverstärker
- 6 Phosphat
- a Senfsaat
- C Ei/ Eiweiß
- G Milchprodukte
- J Senf
- N Weichtiere
- 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