

Abgabetermin: \_\_\_\_\_

Mo	1.7	1 Putenschnitzel mit Maisgemüse, bio Reis u. Sauce (14,A 1,C,v)	2 Barmi Goreng mit Bandnudel u. Gemüse mit Sweet Chili (15,A 1,C,F)	3 Paprika gefüllt mit Quinoa u.Kicherbsen Reis mit Soße. (A 1)
Di	2.7	1 Wikinger Topf mit Rinderhackklößen mit gestovtem Gemüse u. bio Kartoffeln. (A 1,C,G,R)	2 Tortellini veg. mit Käsesauce,Erbesen Gemüse. (A 1,C,G)	3 Käsespätzle mit Röstzwiebeln u. Salat (A 1,C,G)
Mi	3.7	1 Backfisch mit Bio Nudellsalat u.Ketchup (14,15,7,A 1,C,D)	2 Wurstgulasch (Geflügel) mit Bio Vollkornnudeln, Salat. (13,A 1,C,G,Ge,v)	3 Cig` Köfe Bulgurköfte Salat, Warps mit Joghurt dressing (A 1,G)
Do	4.7	1 Tomaten-Bio Nudelaufauf mit Käse überbacken (A 1,G,v)	2 Burger Oriental Falafel mit Datteln- Schafkäse Dip, Rucolasala,t Bulugsalat. (15,A 1,E,G,K,X)	3 Spinat Quinoa Bratling mit Basmati Reis u. Tomatensauce. (A 1,C,G)
Fr	5.7	1 Hot dog mit Pommes frites auch Vegtarisch. (15,8,A 1,C,G,Ge)	2 Griechischer Fisch nach spesos Art mit Tomaten Semmelpräsel, bio Reis. (A 1,D)	3

Mo	8.7	1 Fischfrikadelle mit Kartoffelpüree,Sauce u. Gemüse (14,A 1,C,D,G)	2 Japanische Nudelpfanne mit Gemüse u. (A 1,F)	3 Blätterteig mit Spinat, Fetakäse u. Tomatensauce (A 1,G,v)
Di	9.7	1 Hähnchengeschnetzeltes mit Broccoli u. bio Reis (A 1,G,v)	2 Bio Möhren, Puffer mit Joghurtsauce mit Salat (A 1,C,G,v)	3 Blumenkohl überbacken mit bio Kartoffeln (A 1,G,v)
Mi	10.7	1 BioSpaghetti mit Bolognese aus Rindfleisch. (A 1,G,R,v)	2 Türkischer Salat aus bio Bulgur mit Brötchen (15,A 1)	3 BioSpaghetti mit vegtarischer Bolognese (Bio Getreide) (A 1,G,v)
Do	11.7	1 Putengeschnetzeltes mit bio Reis und Gemüse (A 1,G,v)	2 Tagliatelle - Tomatenaufauf mit Mozzarella u. Zucchini. (A 1,C,G,S)	3 Gemischter Salat mit Ei, Käse u.Baguette (15,A 1,G)
Fr	12.7	1 Currywurst( Geflügel) mit Pommes frites u.Ketchup u. Mayo (15,C,G,Ge)	2 Fisch Curry mit bio Reis . (D,G)	3

Mo	15.7	1 Milchreis mit Kirschen, Zimt u. Zucker (15,G)	2 Putengeschnetzeltes "Bombay" mit Curryreis( bio Reis) (15,A 1,G)	3 Zucchini- Linsen Puffer u. Staudensellerie bio Bulgur Salat. (A 1,C,I,v)
Di	16.7	1 Chicken Nuggets, Bio Kartoffeln ,Sauce Hollandaise Broccoli. (5,7,A 1,C,E,G)	2 Koreanische Gemüse Pfannkuchen mit Sweet Chili sauce (A 1)	3 Lasagne mit vegtarischer Bolognese u. Salat. (A 1,G,v)
Mi	17.7	1 Frikadelle mit Country frites , Sour crem , Mais. (14,15,A 1,C,G,Ge)	2 Spätzle - Würstchen - Aufauf u. Salat (A 1,C,G,Ge)	3 Couscous mit Zucchini,Kirchererbsen, Blattspinat mit Qurak Dip. (G,X)
Do	18.7	1 Hähnchengeschnetzeltes mit Paprikasoße u.bio Nudeln, Gemüse. (15,A 1,G)	2 Bulgur Gemüse Pfanne mit ,Schafskäse,Paprika,Zucchini ,Fladenbrot. (A 1,G)	3 Bio- Backofenkartoffel mit Kräuterkartoffelcreme ,Salat. (15,C,G)
Fr	19.7	1 Pizza mit Salami mit Gelügel (A 1,G)	2 Pizza mit Thunfisch (A 1,D)	3 Pizza Magherita mit Tomatensauce u. Käse (A 1,G)

Mo	22.7			
Di	23.7			
Mi	24.7			
Do	25.7			
Fr	26.7			

\_\_\_\_\_  
Vor- u. Zuname des Kindes

\_\_\_\_\_  
Essenswunsch

\_\_\_\_\_  
Klasse

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Erziehungsberechtigten  
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

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

Abgabetermin: \_\_\_\_\_

Mo	29.7		
Di	30.7		
Mi	31.7		

- 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 Sulfit
- 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