

Abgabetermin: _____

Mo	3.3	1	Fischstäbchen mit Petersiliensauce u.Kartoffelpüree, Gemüse. (14,A 1,D,G)	2	Gulasch mit bio Nudeln,Salat. (A 1,R,v)	3	Natur (bio) Käsegratin, Juliengemüse u.Hollandaise (7,G,v)
Di	4.3	1	Tortellini Auflauf mit Tomtensauce u, Gemüse. (A 1,C,G)	2	Hamburger Gurkenfleisch mit Bio Kartoffeln, Rindfleisch. (7,A 1,G,R)	3	Backofenkartoffel (bio) mit Kräuterkartoffelcreme ,Salat. (15,C,G)
Mi	5.3	1	Milchreis mit Kirschen, Zimt u. Zucker (15,G)	2	Bio Nudel, Zucchini Auflauf mit Käse Überbacken , mit Tomatensauce. (A 1,C,G,v)	3	Mexikanischer Bohneneintopf mit weißen Bohnen (A 1)
Do	6.3	1	Hühnerfrikassee mit bio Reis (A 1,G,v)	2	Gemüse Lasagne(bio Lasagne) Tomatensauce Käse überbacken (A 1,G,v)	3	Blumenkohlkäse - Medallions mit Bio Kartoffeln u. Sauce (A 1,C,G)
Fr	7.3	1	Hot dog mit Pommes frites auch Vegtarisch. (15,8,A 1,C,G,Ge)	2	Fisch Curry mit bio Reis . (D,G)	3	

Mo	10.3	1	Putengeschnetzeltes mit Käsesauce, bio Nudeln u.Gemüse (A 1,G,v)	2	Linseneintopf mit Brötchen u. Spätzle (A 1,C)	3	Gefüllte Paprikaschote mit bio Reis ,Tomatensauce (A 1,C,v)
Di	11.3	1	Rahmspinat mit bio Kartoffeln und Ei (C,G)	2	Makkaroni mit Wurstgulasch aus Geflügel Fleischwurst (13,A 1,C,G,Ge)	3	Rührei mit Kartoffelpüree und gemischten Salat (C,G)
Mi	12.3	1	Bio Spaghetti mit Bolognese aus Rindfleisch. (A 1,G,R,v)	2	Mexikanische Reispfanne ,Geflügel u. Buntes Gemüse, bio Reis. (A 1,v)	3	BioSpaghetti mit vegtarischer Bolognese (Bio Getreide) (A 1,G,v)
Do	13.3	1	Frikadelle mit Country frites , Sour crem , Mais. (14,15,A 1,C,G,Ge)	2	Erbseintopf mit Bockwurst u. Brötchen (A 1,C,G,Ge)	3	Bratlinge mit bio Getreide bio Kartoffeln und Petersiliensauce (14,A 1,C,G,v)
Fr	14.3	1	Hamburger mit Pommes Frites (14,15,7,A 1,C,Ge)	2	Seelachs in Käsemantel mit bio Reis u. Zitronen Sauce. (A 1,D,G,v)	3	

Mo	17.3	1	Bratwurst(Geflügel) mit Kartoffelpüree und gestovten Gemüse (A 1,C,G,Ge)	2	Bio Vollkornnudeln mit Käsesauce u. Salat (A 1,G,v)	3	Chinapfanne mit bio Reis (15,v)
Di	18.3	1	Chicken Nuggets, bio Kartoffeln ,Sauce Hollandaise Broccoli. (5,7,A 1,C,E,G)	2	Königsberger Klopse mit bio Kartoffeln (A 1,C,G,R)	3	Bio Reis, Käse Risotto mit Lauchbratling aus Bio Getreide u. Gemüse. (A 1,G,v)
Mi	19.3	1	Putengeschnetzeltes mit bio Reis und Gemüse (A 1,G,v)	2	Kartoffel (bio)- Quark- Pflanzler, Karottengemüse, Kräuterquark. (A 1,C,G)	3	Bio Möhren- Sellerie Lasagne (bio) mit Käse überbacken. (A 1,G,I,v)
Do	20.3	1	Spirelli- Topf mit Rinder Hackfleisch, Nudeln. (A 1,G,R)	2	Leberkäse mit Sauerkraut u. Kartoffelpüree, Sauce (A 1,C,G,Ge)	3	Blätterteig mit Spinat, Fetakäse u. Tomatensauce (A 1,G,v)
Fr	21.3	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	24.3	1	Backfisch mi bio Reis u. Tomatensauce mit Gemüse (14,A 1,C,D,G)	2	Asia Burger mit Asiagemüse aus bio Reis, Asianudeln und Sweetchiliesauce. (15,A 1,C,E,F,K,v,X)	3	Bio Kartoffel, Gratin mit Käse überbacken Gemüse u. Salat. (G)
Di	25.3	1	Wikinger Topf mit Gefügelhackklößen mit gestovtem Gemüse u. bio Kartoffeln. (A 1,C,G)	2	Indisches Linsen Gericht mit Curry. (a)	3	Kartoffeleintopf veg. mit bio Kartoffeln, Brötchen (A 1,v)
Mi	26.3	1	Tomaten- Nudelaufauf (bio Nudeln) mit Käse überbacken (A 1,G,v)	2	Hühnereintopf mit bio Reis und Brötchen (A 1,I,v)	3	Mexikanische Gemüse - Chili (A 1,G,v)

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:

Do	27.3	1 Hähnchengeschnetzeltes mit Paprikasoße u.bio Nudeln, Gemüse. (15,A 1,G)	2 Emmentaler Burger aus bio Kartoffeln mit American Sauce u. Wedges. (A 1,C,E,G,K,X)	3 Gemischter Salat mit Ei, Käse u.Baguette (15,A 1,G)	
Fr	28.3	1 Currywurst(Geflügel) mit Pommes frites u.Ketchup u. Mayo (15,C,G,Ge)	2 Fischfilet mit Senfsauce u. bio Kartoffeln, Salat. (7,a,A 1,D,G)	3	
Mo	31.3	1 Putenschnitzel mit Maisgemüse, bio Reis u. Sauce (14,A 1,C,v)	2 Tagliatelle - Tomatenauflauf mit Mozzarella u. Zucchini. (A 1,C,G,S)	3 Gemüse Curry mit Basmatireis u. Kichererbsen (A 1,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 ÖKÖ 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