

Abgabetermin: _____

Fr	1.11	1 Dönerteller mit Fladenbrot u. Salaten oder vegetarisch (13,14,15,e,G,m)	2 Dorsch mit Senfsauce u. Bio Kartoffeln, Salat. (7,a,f,m,w)	3	
Mo	4.11	1 BioSpaghetti mit Bolognese (m,r,v,w)	2 Chinapfanne mit Geflügel u. bio Reis (v)	3 BioSpaghetti mit vegetarischer Bolognese (Bio Getreide) (m,v,w)	
Di	5.11	1 Chicken Nuggets, Bio Kartoffeln ,Sauce Hollandaise Broccoli. (5,7,e,m,ü,w)	2 Hackbraten mit gestovten Mischgemüse u.Bio Kartoffeln (e,m,r,v,w)	3 Bio Kartoffel- Möhren- Gratin mit Bratling aus Biogetreide (e,m,v,w)	
Mi	6.11	1 Putengeschnetzeltes mit bio Nudeln Erbsenu. Karotten (m,v,w)	2 Eier mit Senfsauce u. Bio Kartoffeln (7,a,e,m,w)	3 Bratlinge mit bio Getreide bio Kartoffeln und Petersiliensauce (14,e,m,v,w)	
Do	7.11	1 Backfisch mi bio Reis u. Tomatensauce (14,e,f,m,w)	2 Jägerkohl mit Hackfleisch, Wirsingkohl mit bio Kartoffeln. (r,w)	3 BioKürbis, bio Lasagne (m,w)	
Fr	8.11	1 Kartoffelpuffer mit Apfelmus u. Zucker (15,e)	2 Seelachs in Eihülle mit Bohnen Sahnesauce bio Kartoffeln. (e,f,m,w)	3	
Mo	11.11	1 Frikadelle mit Country frites u. sour creme , Mais. (14,15,e,G,m,w)	2 Mexikanische Reispfanne ,Geflügel u. Buntes Gemüse, bio Reis. (v,w)	3 Gemüsestrudel u. Petersiliensauce (m,w)	
Di	12.11	1 Hähnchenbrust mit Estragonsauce u. Broccoli, bio Reis (m,v,w)	2 Schichtkraut mit Hackfleisch u.Bio Kartoffeln (r)	3 Bio Vollkornnudeln mit Käsesauce u. Salat (m,v,w)	
Mi	13.11	1 Spirelli- Topf mit Rinder Hackfleisch, Nudeln. (m,r,w)	2 Königsberger Klopse mit Bio Kartoffeln (e,m,r,w)	3 Bio Kartoffel- Mozzarella Gratin mit Tomaten (m)	
Do	14.11	1 Hähnchengeschnetzeltes mit Paprikasahnesauce u.bio Nudeln, Salat. (15,m,w)	2 Asia Burger mit Sojasossen,Asiagemüse mit bio Reis und Sweetchiliesauce. (15,e,o,ü,v,w,X,y)	3 Gemüse Curry mit Käse u. bio Reis (m,w)	
Fr	15.11	1 Pizza mit Salami / Pute (13,14,a,i,m,o,s,w)	2 Pizza mit Thunfisch (f,w)	3 Pizza Magahrita mit Tomatensauce u. Käse (m,w)	
Mo	18.11	1 Fischstäbchen mit Petersiliensauce u.Kartoffelpüree (14,f,m,w)	2 Linseneintopf mit Würstchen u. Spätzle (13,14,e,s,w)	3 Käsespätzle mit Röstzwiebeln u. Salat (e,m,w)	
Di	19.11	1 Hähnchen Cordon bleu mit bio Reis u. Gemüse (13,14,e,v,w)	2 Wurstgulasch (Geflügel) mit Bio Vollkornnudeln, Salat. (13,e,G,m,v,w)	3 Rübenpuffer mit Zucchini Kräuterquark bio Kartoffeln (e,m,w)	
Mi	20.11	1 Putenschnitzel mit Mais Paprika, bio Reis u. Sauce (14,e,v,w)	2 Gulasch mit bio Nudeln,Salat. (r,v,w)	3 Landhaus - Gratin mit Spätzle, Wirsingkohl. (7,e,m,w)	
Do	21.11	1 Hühnerfrikassee mit bio Reis (m,v,w)	2 Bauchfleisch Paniert mit Bio Kartoffeln u. Gemüse. (e,s,w)	3 Bio Möhren- Sellerielasagne mit Käse überbacken. (i,m,v,w)	
Fr	22.11	1 Hamburger mit Pommes- frites auch Vegetarisch (14,15,7,e,G,w)	2 Zwiebelkartoffel Püree mit gebratenen Fisch u. bio Karottengemüse , Salat. (f,m)	3	
Mo	25.11	1 Milchreis mit Kirschen, Zimt u. Zucker (15,m)	2 Leberkäse mit Sauerkraut u. Kartoffelpüree, Sauce (e,m,s,w)	3 Bio Reis, Käse Risotto mit Lauchbratling aus Bio Getreide u. Gemüse. (m,v,w)	
Di	26.11	1 Rahmspinat mit Bio Kartoffeln und Ei (e,m)	2 Spätzle - Würstchen - Auflauf u. Salat (e,G,m,w)	3 Frühlingsrolle mit bio Reis u. süß- saurer Sauce (14,15,v,w)	
Mi	27.11	1 Tomaten-Bio Nudelaufwurf mit Käse überbacken (m,v,w)	2 Bratwurst(Geflügel) mit Kartoffelpüree und gestovten Gemüse (e,G,m,w)	3 Bio- Backofenkartoffel mit Kräuterkartoffelcreme ,Salat. (15,e,m)	

Vor- u. Zuname des Kindes _____

Essenswunsch _____

Hallo Ihr, wir wünschen Euch viel spass beim Essen.
 Noch mal der Hinweis auf meine Instagram Account:
 spyro.tjg_kiel -nicht vergessen zu folgen !

Klasse _____

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
 Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes _____

Abmeldungen unter 0431/204963.

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

Abgabetermin:

Do	28.11	1	Fischfrikadelle mit Kartoffelpüree, Sauce u. Gemüse (14,e,f,m,w)	2	Tomaten Mozzarella Burger mit Ruccola ,Joghurt Kräuter Dressingt. (15,e,m,ü,w,X,y)	3	Bio Kartoffel-Bohnenauflauf mit Emmentaler (m,w)	
Fr	29.11	1	Hot dog mit Pommes frites auch Vegtarisch. (15,8,e,G,m,w)	2	Balkan - Fischpfanne mit bio Reis (f,w)	3		

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

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

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

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

Vor- u. Zuname des Kindes

Essenswunsch

Klasse

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

Hallo Ihr, wir wünschen Euch viel spass beim Essen.
Noch mal der Hinweis auf meine Instagram Account:
spyro.tjg_kiel -nicht vergessen zu folgen !

Abmeldungen unter 0431/204963.