



Cook & Chill 03.06. – 07.06.2024	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Suppe	(V) Gemüsebrühe mit Nudeln A;C;I;J	(V) Erbsenrahmsuppe A;G;I;J	*Geflügelcremesuppe A;G;I;J	*Rinderbrühe mit Kalbsbrätklöschchen I;J;O	(V) Gelbe Papikarahmsuppe A;G;I;J
Rohkost	¼ Kohlrabi	1 Karotte	¼ Kohlrabi	½ Paprika	¼ Gurke
Dessert	Schoko-Ananasquark G	Rahmjoghurt mit Beeren G	Zitronen-Karottenkuchen A;C;G;H	Schokopudding G	Beeren-Joghurt-Milchshake G
Obst	1 Bio-Apfel	1 Pflaume	1 Bio-Apfel	1 Banane	1 Nektarine
Menü 1 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	*Kalbsbraten mit Soße A;I;J	*Hähnchengeschnetzeltes in milder Currysoße A;E;F;G;I;J	*Rinder-Pizzahacksteak mit BBQ-Soße A;C;G;E;F;I;J	*2 Kalbsfleischmaultaschen mit Zwiebelsoße A;C;G;I;J	*Panieretes Seelachsfilet mit Remoulade A;C;D;G;I;J
Menü 2 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	Schweineschnitzel mit Soße A;I;J	(V) Vegi-Geschnetzeltes mit Kichererbsen und Paprika in milder Currysoße A;E;F;G;I;J	(V) Vegi-Bällchen in Tomatensoße A;C;G;I;J	(V) Vegi-Cordonbleu mit Ketchupdip A;C;G;I;J	(V) Vegetarisches Currywurst-Gulasch A;C;E;F;I;J
Menü 3 + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat					
Menü 4 Aufläufe & Gratins + 1 Gemüse oder Salat	(V) Gebratene Hörnlenudeln mit Ei-Kräutern und Bio-Tomatensoße A;C;I;J	(V) Spaghetti mit Tomatensoße und Reibekäse A;C;G;I;J	(V) Käsespätzle mit Rahm und Zwiebelschmelze A;C;G;I;J	(V) Pennenudeln mit Soja-Beluga-Linsen-Gemüsebolognese A;F;I;J	(V) Spätzle mit Vegetarischer Rahmsauce A;C;G;I;J
Menü 5 Bio-Wochengericht + 1 Gemüse oder Salat	(V) Bunter Bio-Gemüsereis mit Bio-Tomatensoße A;I;J	(V) Bio-Vanille Grießbrei mit Bio-Zimt-Zucker und Bio-Apfelmus A;G	(V) Bio-Vanille Grießbrei mit Bio-Zimt-Zucker und Bio-Apfelmus A;G	(V) Bio-Vanille Grießbrei mit Bio-Zimt-Zucker und Bio-Apfelmus A;G	(V) Bio-Vanille Grießbrei mit Bio-Zimt-Zucker und Bio-Apfelmus A;G
Sättigungsbeilage 1	Salzkartoffeln	Couscous A;I;J	Kleine Pennenudeln A;C	Kartoffelsalat I;J	Salzkartoffeln
Sättigungsbeilage 2	Spätzle A;C	Weißer Bio-Reis	Kleine Ofenkartoffeln I;J	Kleine Rösti I;J	Bio-Vollkornreis
Gemüsebeilage	Karottengemüse	Brokkoli	Bio-Mais	Bio-Erbsen	Blumenkohl mit Brösel A;G;I;J
Salat	Rote-Bete-Apfelsalat I;J	Chinakohlsalat	Blattsalat	Blattsalat	Karotten-Krautsalat C;G;I;J
Salatdressing	Frenchdressing 0,5 L G;I;J	Joghurdressing 0,5 L C;G;I;J	Kräuterdressing 0,5 L I;J	Balsamicodressing 0,5 L I;J;L	Paprika-Sauerrahmdressing 0,5 L G;I;J
Wochensalat Ohne Suppe/ohne Dessert	**"Salat Nizza" mit Thunfisch, Sardellen, gekochtem Ei, roten Zwiebeln, Bohnen, Frenchdressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	**"Salat Nizza" mit Thunfisch, Sardellen, gekochtem Ei, roten Zwiebeln, Bohnen, Frenchdressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	**"Salat Nizza" mit Thunfisch, Sardellen, gekochtem Ei, roten Zwiebeln, Bohnen, Frenchdressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	**"Salat Nizza" mit Thunfisch, Sardellen, gekochtem Ei, roten Zwiebeln, Bohnen, Frenchdressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	**"Salat Nizza" mit Thunfisch, Sardellen, gekochtem Ei, roten Zwiebeln, Bohnen, Frenchdressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J
Sonderkost Ohne Suppe/ ohne Dessert	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt
Wissenswertes	<i>Der Rote-Bete-Apfelsalat ist eine erfrischende und gesunde Option für die Mahlzeit. Hat ein leckerer Geschmack und ist reich an Mineralstoffen und Vitaminen.</i>	<i>Die Erbsenrahmsuppe hat eine cremige Konsistenz und hält lange satt. Sie liefert uns jede Menge Protein und viele Nährstoffe, insbesondere Vitamin B und K.</i>	<i>Der Bio-Mais enthält viele gesunde Inhaltsstoffe wie Beta-Carotin, verschiedene B-Vitamine sowie Vitamin E. Er ist reich an Mineralstoffen: Eisen, Magnesium, Kalium und Zink.</i>	<i>Der Blattsalat enthält eine Menge Ballaststoffe, viele wichtige Nährstoffe und liefert uns viele Mineralstoffen.</i>	<i>Der Bio-Vollkornreis wirkt aufgrund des Kaliumgehaltes entwässernd. Außerdem sättigt er schneller als weißer Reis und liefert dabei wichtige Vitamine.</i>