



25.03.- 28.03.2024 Cook & Chill	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Suppe</b>	*Geflügelcremesuppe A;G;I;J	(V) Minestrone A;C;I;J	(V) Kürbiscremesuppe A;G;I;J	*Rinderbrühe mit Kräuterspätzle A;C;I;J	*****
<b>Rohkost</b>	¼ Gurke	1 Tomate	½ Paprika	Radieschen	*****
<b>Dessert</b>	1 Müsliriegel	Pflirsichjoghurt G	Vanillepudding G	Aprikosenquark G	*****
<b>Obst</b>	1 Birne	1 Bio-Apfel	1 Birne	1 Banane	*****
<b>Menü 1</b> + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	*Feines Kalbsragout mit Tomaten und Champignons A;I;J	*Chicken-Nuggets mit hausgemachtem Ketchupdip A;C;E;F;I;J	Schweineschnitzel in Rahmsoße A;G;I;J	*Gebackene Seelachs-Nuggets mit Remoulade A;C;D;G;I;J	*****
<b>Menü 2</b> + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat	(V) Panierter Reis-Spinat-Erdnuss-Bratling mit Ratatouillesoße A;C;E;I;J;G	(V) Käse-Nuggets mit hausgemachtem Ketchupdip A;C;E;F;I;J	*Hähnchenschnitzel in Rahmsoße A;G;I;J	(V) Omelette C	*****
<b>Menü 3</b> + 1 Sättigungsbeilage + 1 Gemüse oder Salat					*****
<b>Menü 4</b> Aufläufe & Gratins + 1 Gemüse oder Salat	(V) Spinat-Kartoffel-Ricotta-Käseauflauf mit Ratatouillesoße A;C;G;I;J	(V) Gemüse-Bohnen-Kartoffel-Bratling mit Zucchinisoße A;C;G;H;I;J	(V) Vollkorn-Spaghetti mit Käsesoße A;C;G;I;J	(V) Vanille-Milchreis mit Zimt-Zucker G	<b>Karfreitag</b>
<b>Menü 5</b> Bio-Wochengericht + 1 Gemüse oder Salat	(V) Bio-Käsespätzle mit Bio-Zwiebelschmelze A;C;G;I;J	(V) Bio-Penne mit Bio-Ratatouillesoße A;C;I;J	(V) Bio-Penne mit Bio-Ratatouillesoße A;C;I;J	(V) Bio-Penne mit Bio-Ratatouillesoße A;C;I;J	*****
<b>Sättigungsbeilage 1</b>	1 großer Kartoffelknödel I;J	Kleine Ofenkartoffeln I;J	Spätzle A;C	Salzkartoffeln	*****
<b>Sättigungsbeilage 2</b>	Kleine Vollkorn-Penne Ad;C	Fussili A;C	Bio-Vollkornreis	Apfelmus	*****
<b>Gemüsebeilage</b>	Bio-Blumenkohl	Bio-Mais	Karottengemüse	Rahmspinat A;G;I;J	*****
<b>Salat</b>	Bohnensalat I;J	Blattsalat	Chinakohlsalat	Blattsalat	*****
<b>Salatdressing</b>	Frenchdressing 0,5 L G;I;J	Joghurd dressing 0,5 L C;G;I;J	Kräuterdressing 0,5 L I;J	Balsamicodressing 0,5 L I;J;L	
<b>Wochensalat</b> Ohne Suppe/ohne Dessert	(V) „Salat Sizilia“ mit Tomaten, Basilikum, Zucchiniestreifen, Artischocken, Thunfisch, Oliven, Orangen, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	(V) „Salat Sizilia“ mit Tomaten, Basilikum, Zucchiniestreifen, Artischocken, Thunfisch, Oliven, Orangen, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	(V) „Salat Sizilia“ mit Tomaten, Basilikum, Zucchiniestreifen, Artischocken, Thunfisch, Oliven, Orangen, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	(V) „Salat Sizilia“ mit Tomaten, Basilikum, Zucchiniestreifen, Artischocken, Thunfisch, Oliven, Orangen, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel A;Ar;C;D;G;I;J	
<b>Sonderkost</b> Ohne Suppe/ ohne Dessert	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt				
<b>Wissenswertes</b>	<i>Der Bohnensalat ist eine gute Eiweißquelle, enthält vielen Mineralstoffen und Vitamine.</i>	<i>Eine Portion Minestrone enthält eine große Menge an Mineralien, Vitaminen und Ballaststoffen.</i>	<i>Der Bio-Vollkornreis wirkt aufgrund des Kaliumgehaltes entwässernd. Außerdem sättigt er schneller als weißer Reis und liefert dabei wichtige Vitamine.</i>	<i>Unsere Seelachsnuggets bestehen aus hochwertigem Seelachsfilet. Das Seelachs ist reich an Eiweiß, B-Vitaminen und Mineralstoffen.</i>	