

Speiseplan 05.12. - 22.12.2022

Montag, 05.12.22	Gemüse-Karoffel-Gratin - Kräuterquark
Dienstag, 06.12.22	Fischfilet in Backteig - Vollkornreis - mexikanisches Gemüse - Salsa
Mittwoch, 07.12.22	Italienische Pfanne - Penne-Integrale - med. Gemüse - Tomate - Käse
Donnerstag, 08.12.22	Geflügel-Frikadelle - Salzkartoffeln - Blattspinat in Rahm
Freitag, 09.12.22	Gefüllte Zucchini - Vollkornreis - Tomatensoße - Salat
Montag, 12.12.22	Pellkartoffeln - Frühlingsquark - Salat
Dienstag, 13.12.22	Pochiertes Fischfilet Italia - Vollkornnudeln - med. Gemüse
Mittwoch, 14.12.22	Gebratene Käse-Spätzle - Salat
Donnerstag, 15.12.22	Vollkornreispfanne Kürbis - Rinderhack - Zucchini - Tomate - Frischkäse
Freitag, 16.12.22	Vollkornspaghetti - Tomatensugo - Salat
Montag, 19.12.22	Vollkornnudeln - Zucchini-Tomatengemüse
Dienstag, 20.12.22	Knusper-Fischfilet - Salzkartoffeln - Blumenkohl in Rahm
Mittwoch, 21.12.22	Weißer Bohnensuppe - Geflügelklops
Donnerstag, 22.12.22	Kindy-Puffer - Vollkornreis - mexikanisches Gemüse
Freitag, 23.12.22	-- Ferien --