

S p e i s e p l a n 02.01. - 03.02.2023

Montag, 02.01.23	Kartoffelcremesuppe - Brötchen
Dienstag, 03.01.23	Vollkornnudeln - Tomatensoße Napoli - Salat
Mittwoch, 04.01.23	Gelbe Erbsensuppe - Geflügelhack-Stick
Donnerstag, 05.01.23	Kidney-Frikadelle - Reis - Tomatensoße - Salat
Freitag, 06.01.23	Grillfisch - Kartoffeln - Kräutersoße - Fenchel
Montag, 09.01.23	Weißer Gemüse-Bolognese - Vollkornnudeln
Dienstag, 10.01.23	Fisch-Gemüsecurry - Vollkornreis
Mittwoch, 11.01.23	Kürbis-Kartoffel-Eintopf - Hackbällchen - Vollkornbrot
Donnerstag, 12.01.23	Käse-Tortellini - Blattspinat - Parmesan
Freitag, 13.01.23	Eieromelette - Zucchini - Salzkartoffeln - Cremesoße
Montag, 16.01.23	Grießbrei - Kompott
Dienstag, 17.01.23	Vollkornburger - Schnittlauchquark - Salat
Mittwoch, 18.01.23	Gnocchi - Nudel-Gemüse-Steak - Blattspinat in Creme
Donnerstag, 19.01.23	panierte Geflügelstäbchen - Spinat-Vollkornreis - Käsesoße
Freitag, 20.01.23	Backfisch - Vollkornpenne - Pestosoße - Salat
Montag, 23.01.23	Gemüse-Spätzle-Schmarren - Kräuterquark
Dienstag, 24.01.23	Fischspieß in Tomatensoße - Vollkornnudeln - Zucchini-Gratin
Mittwoch, 25.01.23	Linseneintopf - Vollkornbrot
Donnerstag, 26.01.23	Ungarischer Geflügeltopf - Vollkornnudeln - Pusztagemüse
Freitag, 27.01.23	Rührei - gehackter Spinat - Kartoffelpüree
Montag, 30.01.23	Linsen-Küchlein - Vollkornreis - Wok-Gemüse - Currysoße
Dienstag, 31.01.23	Geflügel-Frikandel - Vollkornnudeln - Tomatensoße - Salat
Mittwoch, 01.02.23	Spitzkohl "Bürgerlich" - Maultaschen
Donnerstag, 02.02.23	Kartoffel-Gemüse-Auflauf - Gelbwurzelsoße
Freitag, 03.02.23	Gebratenes Fischfilet - Vollkornspaghetti - Blattspinat