


Speiseplan vom 12.01. - 16.01.2026 (KW 3)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Normal	Makkaroni-Hackfleisch-Auflauf (Rind) Bio a, a1, g Karotten Mango-Joghurt g	Spaghetti Bio a, a1 Carbonara-Sauce(Pute) 2, 3, 4, a, a1, a4, g, i Parmesan 2, c, g Salat mit Honig-Vinaigrette 3, j, i Obst der Saison	Hähnchen-Nuggets a, a1, a3 Süß-Saurer-Dip 2, 3, l Kartoffelecken 3, 5, l Karotten-Apfel-Salat 3, l Cookie Bio Kerniger Hafer a, a4, a5	Türkische Linsensuppe l Fladenbrot a, a1, k Mandarinenquark g	Bratwurst (Geflügel) 3, g Bratensauce a, a1, a3 Bohnengemüse aus grünen Bohnen Kartoffelpüree g, l Obst der Saison
Vegetarisch	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung a, a1, g Rosenkohl in Kräuterrahmsauce 3, a, a4, f Karotten Mango-Joghurt g	Kartoffelauflauf mit Linsenbolognese 3, a, a4, f, g, i Salat mit Honig-Vinaigrette 3, j, i Obst der Saison	Spirelli-Kürbis-Auflauf mit Kürbissahnesauce Bio 3, a, a1, g Karotten-Apfel-Salat 3, l Cookie Bio Kerniger Hafer a, a4, a5	Farfalle Bio a, a1, Gemüsebolognese mit Sonnenblumenhack Bio i, j Reibekäse Bio g Mandarinenquark g	Gemüsegulasch (Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, Tomate) Bio g Bulgur Bio g, l Obst der Saison
Diät	Nudel-Bolognese-Auflauf 1, i Nachspeise	Hähnchenbrustfilet Paprika-Zucchini-Curry-Sauce mit Kokosmilch j Bio Reis Obst der Saison	Milchreis g Aprikosenkompott Nachspeise	Rindswurst 2, 3 Tomaten-Curry-Dip 1, 3, i, j Kartoffelecken 3, 5, l Nachspeise	Bio Quinoa Möhren-Paprika-Brokkoli-Gemüse Tomatensauce i Obst der Saison