

Essensplan: 18.11.-22.11.2024	Hauptgericht	Nachspeise
Montag	Hühnerfrikassee mit BIO-Karotten, BIO-Erbсен, Spargel und Selleriewürfel ^{a,a1,f,g,i} , Vollkornreis a,a1,f,g,i	Fruchtojoghurt Pfirsich Maracuja ^{g,2,9} g,2,9
Dienstag	Kartoffel-Gratin- gegarte Kartoffelscheiben mitBechamelsauce und Käse ^g , Leipziger Allerlei, aus Pariser Karotten, feine Erbsen und Spargelstücken in Sahnesauce ^{a,a1,g} a,a1,g	Milchpudding Vanille, 1,5 % Fett ^g g
Mittwoch	veganes Schnitzel aus Weizenprotein - paniert - ^{a,a1} , Sauerkraut mit Ananas ^{a,a1} , Kartoffelpüree ^g a,a1,g	frisches Obst
Donnerstag	Linsensuppe mit BIO-Möhren, Knollensellerie und Kartoffeleinlage aus regionalem Anbau ⁱ , 1 x Vollkornbrötchen ^{a1,a2,a5,k} a1,a2,a5,i,k	Rohkost Möhren, Gurke, Kohlrabi
Freitag	MSC Alaska Seelachsfilet mit mediterranen Kräutern - unpaniert - ^d , tomatiges Zucchini-Paprika-Gemüse mit Kichererbsen, Vollkornreis d	Panna Cotta Dessert ^g g

