



		Hauptgericht vegetarisch - Variante 1	Hauptgericht vegetarisch oder mit Fleisch bzw. Fisch - Variante 2	Salat	Dessert
02.03.	Mo	Nudeln mit Rote-Beete-Sauce <sub>1,2</sub>	---	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Zitronenjoghurt mit Schokoraspehn <sub>2</sub>
03.03.	Di	Kartoffeln mit Rahmgemüse <sub>1,2</sub>	Kartoffeln mit Rahmgemüse und Würstchen <sub>1,2</sub>	Rotkohlsalat	Vanillepudding <sub>2</sub>
04.03.	Mi	Nudeln mit Linsen-Möhrensauce <sub>1,2</sub>	Cremige Linsen-Möhrensuppe und Brot <sub>1,2</sub>	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Kuchen <sub>1,2,3</sub>
05.03.	Do	Kartoffeln mit gefüllter Paprika und Dillsauce <sub>1,2</sub>	Kartoffeln mit Frischkäsefisch und Dillsauce <sub>1,2</sub>	Gurkensalat	Obst
06.03.	Fr	Reis mit Asia-Gemüse und süßsaurer Sauce <sub>1,2,6</sub>	Reis mit Asia-Gemüse und süßsaurer Sauce mit Putenstreifen <sub>1,2,6</sub>	Bunter Eisbergsalat	Hirse-Orange-Quark <sub>1,2</sub>
09.03.	Mo	Nudeln mit Spinatrahmsauce <sub>1,2</sub>	---	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Stracciatellaquark <sub>2</sub>
10.03.	Di	Kartoffeln mit gratiniertem Blumenkohl <sub>1,2</sub>	Kartoffeln mit gratiniertem Hack-Blumenkohl <sub>1,2</sub>	Kohlrabisalat <sub>2</sub>	Obst
11.03.	Mi	Spinat-Frischkäse-Cannelloni <sub>1,2</sub>	Tomaten-Kokos-Suppe mit Basmatireis und Brot <sub>1,2,8</sub> <input type="checkbox"/> klassische Tomatencremesuppe ohne Kokosmilch	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Kuchen <sub>1,2,3</sub>
12.03.	Do	Kartoffeln mit Grünkernbratling und Erdnusssauce <sub>1,2,3,5,9</sub>	Kartoffeln mit Fischfrikadellen und Erdnusssauce <sub>1,2,3,4,5,9</sub>	Gurkensalat	Mangojoghurt <sub>2</sub>
13.03.	Fr	Reis mit Champignonsauce und Rotkohl <sub>1,2</sub>	Reis mit Putengeschnetzeltem und Rotkohl <sub>1,2</sub>	Grüner Blattsalat	Müsliriegel
16.03.	Mo	Nudeln mit Tomatensauce <sub>1,2</sub>	Nudeln mit Thunfisch-Tomatensauce <sub>1,2</sub>	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Obst
17.03.	Di	Kartoffelpüree mit Bulgurbällchen und Sauerkraut <sub>1,2,3,9</sub> <input type="checkbox"/> statt Sauerkraut Kohlrabi-Möhren-Buttergemüse	Kartoffelpüree mit Hackbällchen und Sauerkraut <sub>1,2,3,9</sub> <input type="checkbox"/> statt Sauerkraut Kohlrabi-Möhren-Buttergemüse	Karottensalat	Aprikosenquark <sub>2</sub>
18.03.	Mi	Käsespätzle mit Erbsen-Möhren-Gemüse <sub>1,2,3</sub>	Erbseneintopf mit Würstcheneinlage und Brot <sub>1,2,6,8</sub> <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Würstcheneinlage	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Kuchen <sub>1,2,3</sub>
19.03.	Do	Kartoffeln mit Rote-Beete-Schnitzel und Paprika-Dip <sub>1,2</sub> <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark statt Paprikadip	Kartoffeln mit paniertem Schnitzel und Paprika-Dip <sub>1,2</sub> <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark statt Paprikadip	Bunter Krautsalat	Kirsch-Grütze
20.03.	Fr	Reis mit vegetarischem Wikingertopf <sub>1,2</sub>	Reis mit Wikingertopf <sub>1,2</sub>	Chinakohl-Apfelsalat <sub>2</sub>	Bananenjoghurt mit Honignüssen <sub>2</sub>
23.03.	Mo	Nudeln mit roter Pesto-Sauce <sub>1,2</sub>	---	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Pfirsichjoghurt <sub>2</sub>
24.03.	Di	Bulgur mit Tofu-Süßkartoffelauflauf <sub>1,2,6</sub>	Bulgur mit Lachs-Süßkartoffelauflauf <sub>1,2</sub>	Gurkensalat	Heidelbeerquark <sub>2</sub>
25.03.	Mi	Hirse-Quark-Auflauf mit Apfelmus <sub>2</sub>	Steckrüben-Kartoffelsuppe mit Würstchen-Einlage und Brot <sub>1,2,8</sub> <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Würstcheneinlage	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Kuchen <sub>1,2,3</sub>
26.03.	Do	Kartoffel-Möhrenstampf mit Kichererbsenbratlingen und Bärlauchquark <sub>1,2,3,9</sub> <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark statt Bärlauchquark	Kartoffel-Möhrenstampf mit Hackbraten und Bärlauchquark <sub>1,2,3,9</sub> <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark statt Bärlauchquark	Regenbogensalat	Obstspieße/-salat
27.03.	Fr	Reis mit vegetarischem Chili <sub>2</sub>	Reis mit Puten-Chili <sub>2</sub>	Couscous-Salat	Haferbrei mit Äpfeln <sub>1,2</sub>
30.03.	Mo	Nudeln mit milder Paprikasauce <sub>1,2</sub>	---	Rohkost mit Dip <sub>2,9</sub>	Obst
31.03.	Di	Kartoffeln mit Ei und Senfsauce <sub>1,2,3,9</sub>	Kartoffeln mit Fisch in Kräuterkruste und Senfsauce <sub>1,2,4,9</sub>	Gurkensalat	Himbeerjoghurt <sub>2</sub>

Hier bitte die aktuelle Kinderanzahl eintragen: \_\_\_\_\_



## Erläuterungen zu den Speisen

Allergene:

- 1) Gluten/glutenhaltiges Getreide 2) Milch und Milcherzeugnisse 3) Eier 4) Fisch 5) Erdnüsse 6) Soja 7) Schalenfrüchte 8) Sellerie 9) Senf 10) Sesamsamen  
11) Krebstiere 12) Lupine

Kartoffeln mit Rahmgemüse 1, 2	Gemüse bestehend aus Mais, Möhren und Blumenkohl
Kartoffeln mit gefüllter Paprika und Dillsauce 1,2	Paprika gefüllt mit einer tomatigen Frischkäse-Füllung
Reis mit Asia-Gemüse und süßsaurer Sauce 1, 2, 6	Gemüse bestehend aus Möhren, Paprika und Brokkoli
Reis mit vegetarischem Wikingertopf 1,2	Gemüse bestehend aus Erbsen, Möhren und Kohlrabi in einer hellen Kräutersauce
Reis mit Wikingertopf 1,2	Gemüse bestehend aus Erbsen und Möhren mit Rinderhack in einer hellen Kräuersauce
Bulgur mit Tofu-Süßkartoffelauflauf 1,2,6	Tofu bzw. Lachs mit Süßkartoffeln in einer milden Currysauce
Reis mit vegetarischem Chili 2	Gemüse bestehend aus Mais, Kidneybohnen und Paprika in Tomatensauce
Reis mit Puten-Chili 2	Gemüse bestehend aus Mais und Kidneybohnen mit Putenstreifen in Tomatensauce
Regenbogensalat	Gemüse bestehend aus Pastinake, Möhre und rote Beete

Bei weiteren Fragen oder Wünschen könnt Ihr uns jederzeit gerne anrufen!!!

Herzliche Grüße aus der KinderKüche,

Euer KinderKüchen-Team