

		Hauptgericht vegetarisch - Variante 1	Hauptgericht vegetarisch oder mit Fleisch bzw. Fisch - Variante 2	Salat	Dessert
01.02.	Mo	Nudeln mit milder Paprikasauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Vanillejoghurt ₂
02.02.	Di	Bulgur mit Pilz-Linsenbratlingen und Blumenkohlsauce _{1,2,3,9}	Bulgur mit gedünstetem Kräuter-Lachs und Blumenkohlsauce _{1,2}	Gurkensalat	Obst
03.02.	Mi	Kartoffel-Lauch-Suppe mit Brot _{1,2,3,9}	Schupfnudelaufbau mit Rinderhack _{1,2} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Rinderhack	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
04.02.	Do	Kartoffel-Kürbisstampf mit Quinoabratling und Kürbiskernquark _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark statt Kürbiskernquark	Kartoffel-Kürbisstampf mit Mini-Frikadellen und Kürbiskernquark _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark statt Kürbiskernquark	Rotkohlsalat	Kirsch-Grütze
05.02.	Fr	Reis und exotische Tomatensauce mit Kidneybohnen ₂	Reis und exotische Tomatensauce mit Putenstreifen ₂	Möhren-Apfel-Salat	Hirse-Orange-Quark _{1,2}
08.02.	Mo	Nudeln mit milder Basilikumsauce _{1,2,7}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Obst
09.02.	Di	Kartoffeln mit vegetarischem Bauerntopf ₂	Kartoffeln mit Bauerntopf ₂	Bunter Eisbergsalat	Joghurt "Winterapfel" ₂
10.02.	Mi	Polentabrei mit Himbeersauce ₂	Kohlrabi-Kartoffelsuppe mit Würstcheneinlage und Brot _{1,2,8} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Würstcheneinlage	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
11.02.	Do	Kartoffelpüree mit Rote-Beete-Knusperschnitzel und Kräuterquark _{1,2}	Kartoffelpüree mit Knusper-Schnitzelchen und Kräuterquark _{1,2}	Mais-Paprika-Salat	Aprikosenquark ₂
12.02.	Fr	Reis dazu Süßkartoffel-Schnitzel mit Tomate-Mozarella-Topping und Dillsauce _{1,2}	Reis dazu Fisch mit Tomate-Mozarella-Topping und Dillsauce _{1,2}	Gurkensalat	Schokopudding ₂
15.02.	Mo	Nudeln mit Tomatensauce _{1,2}	Nudeln mit Thunfisch-Tomatensauce _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kokos-Schoko-Quark ₂
16.02.	Di	Kartoffeln mit vegetarischem Wikingertopf _{1,2}	Kartoffeln mit Wikingertopf _{1,2}	Regenbogensalat	Obst
17.02.	Mi	Kartoffel-Linsen-Möhren-Auflauf _{1,2,8}	Linsen-Möhrensuppe und Brot _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
18.02.	Do	Spätzle mit Champignon-Lauchsauce und Spitzkohlgemüse _{1,2} <input type="checkbox"/> Kohlrabigemüse statt Spitzkohlgemüse	Spätzle mit Putengeschnetzeltem und Spitzkohlgemüse _{1,2} <input type="checkbox"/> Kohlrabigemüse statt Spitzkohlgemüse	Blattsalat mit Joghurt-Dressing ₂	Grießpudding mit Zimt _{1,2}
19.02.	Fr	Reis mit vegetarischem Gulasch ₂	Reis mit Würstchengulasch ₂	Kohlrabisalat ₂	Himbeerjoghurt ₂
22.02.	Mo	Nudeln mit Spinat-Gorgonzolasauce ₂ <input type="checkbox"/> Spinat-Käsesauce ohne Gorgonzola	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Pfirsichjoghurt ₂
23.02.	Di	Kartoffeln mit Röhrei und Möhren-Erbсен-Buttergemüse ₂	Kartoffeln mit Würstchen und Möhren-Erbсен-Buttergemüse _{1,2,3,9}	Paprikasalat	Erdbeerquark ₂
24.02.	Mi	Tortellini-Paprika-Auflauf mit Tomatensauce _{1,2}	Paprika-Tomatensuppe mit Bulgur und Brot _{1,2,8}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
25.02.	Do	Kartoffeln mit Sellerie-Schnitzel in Kräuterkruste und Senfsauce _{1,2,8}	Kartoffeln mit Fisch in Kräuterkruste und Senfsauce _{1,2,4}	Gurkensalat	Obstspieße/-salat
26.02.	Fr	Reis mit Hawaii-Blumenkohlaufbau und Currysauce _{1,2} <input type="checkbox"/> ohne Ananas	Reis mit Hawaiischnitzeln und Currysauce _{1,2} <input type="checkbox"/> ohne Ananas	Couscous-Salat	Energyballs _{1,7}

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

Schupfnudelaufbau mit Rinderhack 1,2	Schupfnudeln in einer Champignon-Lauchsauce mit wahlweise Rinderhack
Reis und exotische Tomatensauce mit Kidneybohnen 2	Tomatensauce verfeinert mit Kokosmilch
Kartoffeln mit vegetarischem Bauerntopf 2	basierend auf einer tomatigen Sauce mit Möhren, Paprika und Sojageschnetzeltem
Kartoffeln mit Bauerntopf 2	basierend auf einer tomatigen Sauce mit Möhren, Paprika und Rinderhack
Kartoffeln mit vegetarischem Wikingertopf 1,2	Gemüse bestehend aus Karotten, Erbsen und Kohlrabi in einer hellen Kräutersauce
Kartoffeln mit Wikingertopf 1,2	Gemüse bestehend aus Karotten und Erbsen mit Rinderhack in einer hellen Kräutersauce
Reis mit vegetarischem Gulasch2	basierend auf einer sahnigen Tomatensauce mit Möhren, Paprika und Mais
Reis mit Würstchengulasch2	basierend auf einer sahnigen Tomatensauce mit Möhren, Paprika und Geflügelwiener

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

Herzliche Grüße aus der KinderKüche,

Euer KinderKüchen-Team