

		Hauptgericht vegetarisch - Variante 1	Hauptgericht vegetarisch oder mit Fleisch bzw. Fisch - Variante 2	Salat	Dessert
02.08.	Mo	Nudeln mit milder Paprikasauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Zitronenjoghurt mit Schokoraspehn ₂
03.08.	Di	Kartoffeln mit Zucchini-Möhren-Schnitten dazu Kräuterquark _{1,2}	Kartoffeln mit Zucchini-Möhren-Hackschnitten dazu Kräuterquark _{1,2,3,9}	Tomatensalat	Obstspieße/-salat
04.08.	Mi	Gnocchi-Kichererbsen-Auflauf mit Tomatensauce _{1,2} <input type="checkbox"/> Auflauf ohne Kichererbsen	Tomatiger Kichererbseneintopf mit Brot ₁ <input type="checkbox"/> cremige Tomatensuppe mit Nudeln anstatt Eintopf	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
05.08.	Do	Kartoffeln mit Rahmgemüse _{1,2}	Kartoffeln mit Rahmgemüse und Würstchen _{1,2}	Grüner Blattsalat	Erdbeerquark ₂
06.08.	Fr	Reis mit Sesam-Süßkartoffel und Erdnuss-Kokos-Sauce _{1,2} <input type="checkbox"/> Dillsauce statt Erdnuss-Kokos-Sauce	Reis mit Sesam-Lachs und Erdnuss-Kokos-Sauce _{1,2} <input type="checkbox"/> Dillsauce statt Erdnuss-Kokos-Sauce	Gurkensalat	Apfel-Crumble _{1,2}
09.08.	Mo	Tortellini mit Tomatensauce _{1,2}	Nudeln mit Tomatensauce _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Obst
10.08.	Di	Kartoffelpüree mit Hirsebratlingen an Rahmkohlrabi _{1,2,3,9}	Kartoffelpüree mit Hackbraten an Rahmkohlrabi _{1,2,3,9}	grüner Bohnensalat	Himbeerjoghurt ₂
11.08.	Mi	Käsespätzle mit Erbsen-Möhren-Gemüse _{1,2,3}	Erbseneintopf mit Würstcheneinlage und Brot _{1,2,6,8} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Würstchen	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
12.08.	Do	Kartoffeln mit Sellerie-Schnitzel in Kräuterkruste und Kresse-Zitronen-Sauce _{1,2,8}	Kartoffeln mit Fisch in Kräuterkruste und Kresse-Zitronen-Sauce _{1,2,4}	Gurkensalat	Hirse-Orange-Quark _{1,2}
13.08.	Fr	Reis mit Gemüse-Wok und Currysauce _{1,2,5,6}	Reis mit Gemüse-Puten-Wok und Currysauce _{1,2,5,6}	Tomatensalat	Grißpudding mit Zimt _{1,2}
16.08.	Mo	Nudeln mit Rote-Beete-Sauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Banansplit-Quark ₂
17.08.	Di	Kartoffeln mit Ei und Spinatsauce _{1,2}	Kartoffeln mit paniertem Fisch und Spinatsauce _{1,2}	Gurkensalat	Obst
18.08.	Mi	Kartoffel-Linsen-Auflauf _{1,2,8}	Linseneintopf mit Würstcheneinlage und Brot _{1,2,6,8} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Würstchen	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
19.08.	Do	Bulgur und Falafel mit Fetakern dazu kalte Joghurt-Minz-Sauce _{1,2,3} <input type="checkbox"/> Kräuterquark statt Joghurt-Minz-Sauce	Bulgur und orientalisch gewürzte Hackbällchen mit Fetakern dazu kalte Joghurt-Minz-Sauce _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> Kräuterquark statt Joghurt-Minz-Sauce	Griechischer Salat ₂	Kirsch-Grütze
20.08.	Fr	Reis und exotische Tomatensauce mit Kidneybohnen ₂	Reis und exotische Tomatensauce mit Putenstreifen ₂	Bunter Eisbergsalat	Pfirsichjoghurt ₂
23.08.	Mo	Nudeln mit milder Basilikumsauce _{1,2,7}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Obst
24.08.	Di	Kartoffeln mit gratiniertem Brokkoli _{1,2}	Kartoffeln mit gratiniertem Hack-Brokkoli _{1,2}	Kichererbsen-Feta-Salat	Mandarinenquark ₂
25.08.	Mi	Polentabrei mit Himbeersauce ₂	Blumenkohlcremesuppe mit Brot _{1,2,8}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
26.08.	Do	Kartoffeln mit Gemüsefrikassee _{1,2}	Kartoffeln mit Putenfrikassee _{1,2}	Paprika-Fenchel-Salat	Beerenjoghurt ₂
27.08.	Fr	Reis mit Feta auf mediterranem Gemüsebett und Tomatensauce ₂	Reis mit Fisch auf mediterranem Gemüsebett und Tomatensauce ₂	Gurkensalat	Schokopudding ₂
30.08.	Mo	Nudeln mit Käsesauce und Erbsen _{1,2}	Nudeln mit Käsesauce und Schinkenwürfeln (100% Geflügel) _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Mangojoghurt ₂
31.08.	Di	Kartoffeln mit Roten-Linsenbratlingen und Paprika-Dip _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> Kräuterquark statt Paprika-Dip	Kartoffeln mit Frikadellen und Paprika-Dip _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> Kräuterquark statt Paprika-Dip	Blattsalat mit Joghurt-Dressing ₂	Obst

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 Blumenkohl, Möhre und Mais
Reis mit Gemüse-Wok und Currysauce 1, 2, 5, 6	Gemüse bestehend aus Brokkoli, Pilze und Paprika
Reis und exotische Tomatensauce mit Kidneybohnen 2	Tomatensauce mit Kokosmilch abgeschmeckt
Kartoffeln mit Gemüsefrikassee 1,2	Gemüse basierend auf Erbsen, Möhren und Kohlrabi in einer hellen Kräutersauce
Kartoffeln mit Putenfrikassee 1,2	Gemüse basierend auf Erbsen und Möhren mit Putenstreifen in einer hellen Kräutersauce
Reis mit Feta auf mediterranem Gemüsebett und Tomatensauce 2	Mediterranes Gemüse bestehend aus Zucchini und Paprika
Tomatiger Kichererbseneintopf mit Brot 1	Eintopf mit Gemüseinlage bestehend aus Kichererbsen, Möhre und Stangensellerie

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

Herzliche Grüße aus der KinderKüche,

Euer KinderKüchen-Team