

		Hauptgericht vegetarisch - Variante 1	Hauptgericht vegetarisch oder mit Fleisch bzw. Fisch - Variante 2	Salat	Dessert
01.10.	Fr	Reis mit Rahmgemüse _{1,2}	Reis mit Rahmgemüse und Würstchen _{1,2}	Griechischer Salat ₂	Birnenquark "Helene" ₂
04.10.	Mo	Nudeln mit milder Paprikasauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kokos-Schoko-Quark ₂
05.10.	Di	Spätzle mit vegetarischem Geschnetzeltem _{1,2}	Spätzle mit Champignon-Putengeschnetzeltem _{1,2}	grüner Bohnensalat	Obst
06.10.	Mi	Kartoffel-Steckrüben-Auflauf _{1,2,8}	Steckrüben-Kartoffelsuppe mit Würstchen-Einlage und Brot _{1,2,8} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Geflügelwiener	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
07.10.	Do	Kartoffeln mit Quinoa-Bratlingen und Joghurt-Remoulade _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark anstatt Joghurt-Remoulade	Kartoffeln mit Fischfrikadellen und Joghurt-Remoulade _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> klassischer Kräuterquark anstatt Joghurt-Remoulade	Gurkensalat	Pfirsichjoghurt ₂
08.10.	Fr	Reis mit TexMex-Sauce _{1,2}	Reis mit Rinderhack-TexMex-Sauce _{1,2}	Karottensalat	Energyballs _{1,7}
11.10.	Mo	Nudeln mit Spinat-Gorgonzolasauce ₂	Nudeln mit Spinatrahmsauce _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Obst
12.10.	Di	Kartoffeln mit vegetarischem Bauerntopf ₂	Kartoffeln mit Bauerntopf ₂	Rote-Beete-Apfel-Salat	Mangojoghurt ₂
13.10.	Mi	Grießbrei mit Birnen-Apfel-Kompott _{1,2}	Graupensuppe mit Würstcheneinlage und Brot _{1,2,8} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Geflügelwiener	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
14.10.	Do	Kartoffeln mit Nussbraten an gestovtem Kürbisgemüse _{1,2,3,9}	Kartoffeln mit Hackbraten an gestovtem Kürbisgemüse _{1,2,3,9}	Grüner Blattsalat	Zimtquark mit Pflaumen ₂
15.10.	Fr	Reis mit gefüllter Paprika und Dillsauce _{1,2}	Reis mit Frischkäsefisch und Dillsauce _{1,2}	Gurkensalat	Grüner Wackelpudding
18.10.	Mo	Nudeln mit milder Basilikumsauce _{1,2,7}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Mandarinenquark ₂
19.10.	Di	Kartoffeln mit Rahmbohnen und Rührei _{1,2,3} <input type="checkbox"/> Bohnen getrennt von Sauce	Kartoffeln mit Rahmbohnen und Würstchen _{1,2} <input type="checkbox"/> Bohnen getrennt von Sauce	Kohlrabisalat ₂	Haferbrei mit Äpfeln _{1,2}
20.10.	Mi	Gnocchi-Auflauf mit Tomatensauce _{1,2}	Pizzasuppe mit Brot _{1,2} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Salamiwürfel	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
21.10.	Do	Kartoffeln mit Sellerie in Knusper-Hülle und Senfsauce _{1,2,9}	Kartoffeln mit Fisch in Knusperhülle und Senfsauce _{1,2,4,9}	Gurkensalat	Obstspieße/-salat
22.10.	Fr	Reis mit Kürbis-Möhren-Currysauce _{1,2}	Reis mit Puten-Kürbis-Currysauce _{1,2}	Bunter Eisbergsalat	Erdbeerjoghurt ₂
25.10.	Mo	Nudeln mit Ricotta-Tomatensauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kirsch-Bananen-Quark ₂
26.10.	Di	Bulgur mit Balkangemüse und Kräutersauce _{1,2}	Bulgur mit Balkangemüse und Minifrikadellen sowie Kräutersauce _{1,2,3,9}	Blattsalat mit Joghurt-Dressing ₂	Obst
27.10.	Mi	Kartoffel-Kohlrabi-Auflauf _{1,2,8}	Kohlrabi-Kartoffelsuppe mit Brot _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
28.10.	Do	Kartoffel-Kürbis-Stampf mit Steckrüben-Schnitzel und Kräuterquark _{1,2}	Kartoffel-Kürbis-Stampf mit Cornflakes-Schnitzel un Kräuterquark _{1,2}	Bunter Krautsalat	Himbeerjoghurt ₂
29.10.	Fr	Reis mit Sesam-Zucchini und Erdnuss-Kokos-Sauce _{1,2} <input type="checkbox"/> Dillsauce anstatt Erdnuss-Kokos-Sauce	Reis mit Sesam-Lachs und Erdnuss-Kokos-Sauce _{1,2} <input type="checkbox"/> Dillsauce anstatt Erdnuss-Kokos-Sauce	Gurkensalat	Pflaumenkompott

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

Reis mit TexMex-Sauce 1,2	Sauce basierend auf einer Tomatensauce mit Kidneybohnen, Mais und Erbsen
Reis mit Rinderhack-TEXMEX-Sauce 1,2	Sauce basierend auf einer Tomatensauce mit Kidneybohnen, Mais, Erbsen und Rinderhack
Kartoffeln mit Balkangemüse und Kräutersauce 1,2	Gemüse basierend aus Zucchini, Erbsen und Paprika
Pizzasuppe mit Brot 1, 2	Basierend auf einer Tomatensuppe mit Mais, Paprika und wahlweise Rindersalami
Reis mit Rahmgemüse 1, 2	Gemüse bestehend aus Blumenkohl, Möhre und Mais
Bulgur mit vegetarischem Bauerntopf 1,2	basierend auf einer tomatigen Sauce mit Möhren, Paprika und Sojageschnetzeltem
Bulgur mit Bauerntopf 1,2	basierend auf einer tomatigen Sauce mit Möhren, Paprika und Rinderhack
Reis mit Rahmgemüse 1, 2	Gemüse bestehend aus Mais, Möhren und Blumenkohl
Spätzle mit vegetarischem Geschnetzeltem 1,2	Gemüse bestehend aus Champignon, Brokkoli und Möhre

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

Herzliche Grüße aus der KinderKüche,

Euer KinderKüchen-Team