

		Hauptgericht vegetarisch - Variante 1	Hauptgericht vegetarisch oder mit Fleisch bzw. Fisch - Variante 2	Salat	Dessert
01.07.	Fr	Reis mit paniertem Mozzarella und cremiger Tomatensauce _{1,2}	Reis mit überbackenem Fisch in cremiger Tomatensauce _{1,2}	Gurkensalat	Paradiesquark ₂
04.07.	Mo	Nudeln mit Tomatensauce _{1,2}	Nudeln mit Thunfisch-Tomatensauce _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Mangojoghurt ₂
05.07.	Di	Bulgur mit Balkangemüse und Petersiliensauce _{1,2}	Bulgur mit Balkangemüse und Würstchen sowie Petersiliensauce _{1,2}	Grüner Blattsalat	Obst
06.07.	Mi	Milchreis mit Kirschen ₂	Kohlrabi-Kartoffelsuppe mit Brot _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
07.07.	Do	Kartoffeln mit Kidney-Bohnen-Bratlingen und Tzatziki _{1,2}	Kartoffeln mit Hackbraten und Tzatziki _{1,2}	Karottensalat	Roter Wackelpudding
08.07.	Fr	Reis dazu China-Gemüse süß-saure Art mit Tofu	Reis dazu China-Gemüse süß-saure Art mit Putenstreifen	Bunter Krautsalat	Hirse-Orange-Quark _{1,2}
11.07.	Mo	Nudeln mit Möhrensauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Obst
12.07.	Di	Kartoffeln mit Ei und Spinatsauce _{1,2}	Kartoffeln mit paniertem Fisch und Spinatsauce _{1,2}	Gurkensalat	Erdbeerjoghurt ₂
13.07.	Mi	Gnocchi-Auflauf mit Tomatensauce _{1,2}	Tomatencremesuppe mit Nudeln und Brot _{1,2,8}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
14.07.	Do	Kartoffel-Selleriestampf mit Frischkäsetaler und Kräuterquark _{1,2}	Kartoffel-Selleriestampf mit panierten Schnitzelchen und Kräuterquark _{1,2}	Kichererbsen-Feta-Salat	Grießpudding mit Zimt _{1,2}
15.07.	Fr	Reis mit vegetarischem Wikingertopf _{1,2}	Reis mit Wikingertopf _{1,2}	Blattsalat mit Joghurt-Dressing ₂	Mandarinenquark ₂
18.07.	Mo	Nudeln mit Ricotta-Tomatensauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Obst
19.07.	Di	Spätzle mit Lauch-Champignonsauce und Kohlrabigemüse _{1,2,3}	Spätzle mit Putengeschnitzeltem und Kohlrabigemüse _{1,2,3}	grüner Bohnensalat	Birnenquark "Helene" ₂
20.07.	Mi	Erseneintopf mit Tofueinlage und Brot _{1,2}	Kartoffelsalat mit Erbsen-Möhren-Gemüse und Würstchen _{1,2} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Geflügelwiener	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
21.07.	Do	Kartoffel-Möhrenstampf mit Brokkoli-Käse-Bällchen und Kräutersauce _{1,2,3,9}	Kartoffel-Möhrenstampf mit Frikadellen und Kräutersauce _{1,2,3,9}	Paprikasalat	Mango-Bananen-Smoothie ₂
22.07.	Fr	Reis mit gefüllter Paprika und Limettensauce _{1,2}	Reis mit Frischkäsefisch und Limettensauce _{1,2}	Gurkensalat	Beerenjoghurt ₂
25.07.	Mo	Nudeln mit Parmesan-Kräuter-Sauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kokos-Schoko-Quark ₂
26.07.	Di	Kartoffeln mit Sellerie-Knusperschnitzeln an Rahmbohnen _{1,2,3,9}	Kartoffeln mit Knusperschnitzelchen an Rahmbohnen _{1,2,3,9}	Tomatensalat	Obstsalat
27.07.	Mi	Gemüse-Nudelauf _{1,2,3}	Hühnersuppe mit Nudeln und Brot _{1,8} <input type="checkbox"/> vegetarische Gemüsesuppe	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
28.07.	Do	Kartoffeln mit Süßkartoffel-Möhren-Bratlingen und Currysauce _{1,2}	Kartoffeln mit Süßkartoffel-Lachs-Bratlingen und Currysauce _{1,2}	Gurkensalat	Pfirsichjoghurt ₂
29.07.	Fr	Reis mit Ratatouille-Tomatensauce ₂	Reis mit Paprika-Hack-Tomatensauce ₂	Bunter Eisbergsalat	Vanillepudding ₂

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

Bulgur mit Balkangemüse und Petersiliensauce 1,2	Gemüse bestehend aus Paprika, Erbse und Zucchini
Reis mit vegetarischem Wikingertopf 1,2	Gemüse bestehend aus Möhre, Kohlrabi und Erbse
Gemüse-Nudelauflauf 1,2,3	Gemüse bestehend aus Brokkoli und Möhre
Reis mit Ratatouille-Tomatensauce 2	Gemüse bestehend aus Zucchini, Aubergine und Paprika
Reis dazu China-Gemüse süß-saure Art mit Tofu	Gemüse bestehend aus Blumenkohl, Pilz, Brokkoli und Bambussprossen wahlweise Tofu oder Putenstreifen
Hühnersuppe mit Nudeln und Brot 1,8	Bestehend aus Möhren, Sellerie, Lauch und Hühnchenfleisch 8Gemüsesuppe bestehend aus Brokkoli, Möhre, Sellerie und Lauch)
Reis mit Wikingertopf 1,2	Gemüse bestehend aus Erbsen und Möhren in einer hellen Hackfleischsauce

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

Herzliche Grüße aus der KinderKüche,

Euer KinderKüchen-Team