

		Hauptgericht vegetarisch - Variante 1	Hauptgericht vegetarisch oder mit Fleisch bzw. Fisch - Variante 2	Salat	Dessert
02.09.	Mo	Nudeln mit Spinatrahmsauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Obst
03.09.	Di	Kartoffeln mit Chili sin carne ₂	Kartoffeln mit Chili con carne ₂	Karottensalat	Kuchen _{1,2,3}
04.09.	Mi	Milchreis mit Apfel-Birnen-Kompott ₂ <input type="checkbox"/> Nudeln mit Tomatensauce	Graupensuppe mit Würstcheneinlage und Brot _{1,2,8} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Würstcheneinlage	Rohkost mit Dip _{2,9}	Vanillepudding ₂
05.09.	Do	Kartoffeln mit buntem Gemüse und Curry-Kokos-Sauce _{1,2}	Kartoffeln mit buntem Gemüse und Curry-Kokos-Sauce mit Putenstreifen _{1,2}	grüner Bohnensalat	Zitronenquark mit Beeren ₂
06.09.	Fr	Reis mit vegetarischem Ragout _{1,2}	Reis mit Lachs-Ragout _{1,2}	Gurkensalat	Erdbeerjoghurt ₂
09.09.	Mo	Nudeln mit Parmesan-Kräuter-Sauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Haferkekse _{1,2,3}
10.09.	Di	Bulgur mit Möhren-Zucchini-Champignon-Pfanne _{1,2}	Bulgur mit Puten-Zucchini-Champignon-Pfanne _{1,2}	Kichererbsen-Feta-Salat	Heidelbeerjoghurt ₂
11.09.	Mi	Kartoffel-Gemüse-Auflauf _{1,2,8} <input type="checkbox"/> Nudeln mit Tomatensauce	Kartoffelsuppe mit Würstchen-Einlage und Brot _{1,2,8} <input type="checkbox"/> vegetarisch ohne Würstcheneinlage	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
12.09.	Do	Kartoffelpüree mit Mais-Paprika-Omelette dazu Kräuterquark _{1,2} <input type="checkbox"/> Kartoffeln statt Kartoffelpüree	Kartoffelpüree mit Mais-Paprika-Hackschnitten dazu Kräuterquark _{1,2,3,9} <input type="checkbox"/> Kartoffeln statt Kartoffelpüree	Grüner Blattsalat	Obst
13.09.	Fr	Reis mit Frischkäsetalern und Tomatensauce _{1,2,4}	Reis mit Frischkäsefisch und Tomatensauce _{1,2,4}	Gurkensalat	Himbeerquark ₂
16.09.	Mo	Nudeln mit roter Pesto-Sauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kirschjoghurt mit Schokotropfen ₂
17.09.	Di	Kartoffeln mit gratiniertem Blumenkohl _{1,2}	Kartoffeln mit gratiniertem Hack-Blumenkohl _{1,2}	Rote-Beete-Apfel-Salat	Birnenquark "Helene" ₂
18.09.	Mi	Tortellini-Auflauf mit Tomatensauce _{1,2} <input type="checkbox"/> Nudeln mit Tomatensauce	Tomatencremesuppe mit Suppennudeln und Brot _{1,2,8}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
19.09.	Do	Kartoffeln mit Kürbis-Gyros und Tzatziki _{1,2}	Kartoffeln mit Puten-Gyros und Tzatziki _{1,2}	Krautsalat	Roter Wackelpudding
20.09.	Fr	Reis mit Tofu-Gemüse-Bratling und Zitronen-Kresse-Sauce _{1,2,3}	Reis mit paniertem Fisch und Zitronen-Kresse-Sauce _{1,2,4}	Gurkensalat	Obstsalat
23.09.	Mo	Nudeln mit Tomatensauce _{1,2}	Nudeln mit Thunfisch-Tomatensauce _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kokos-Schoko-Quark ₂
24.09.	Di	Spätzle mit Linsengemüse _{1,3,8}	Spätzle mit Linsengemüse und Würstchen _{1,3,8}	Blattsalat mit Joghurt-Dressing ₂	Obst
25.09.	Mi	Kartoffel-Kohlrabi-Auflauf _{1,2,8} <input type="checkbox"/> Nudeln mit Tomatensauce	Kohlrabi-Kartoffelsuppe mit Brot _{1,2}	Rohkost mit Dip _{2,9}	Kuchen _{1,2,3}
26.09.	Do	Kartoffeln mit Cornflakes-Süßkartoffelschnitzel und Rote-Beete-Quark _{1,2} <input type="checkbox"/> Kräuterquark statt Rote-Beete-Quark	Kartoffeln mit Cornflakes-Schnitzel und Rote-Beete-Quark _{1,2} <input type="checkbox"/> Kräuterquark statt Rote-Beete-Quark	Couscous-Salat	Pflaumenkompott
27.09.	Fr	Reis mit Bulgurbuletten an Rahmbohnen _{1,2,3,9}	Reis mit Hackbällchen an Rahmbohnen _{1,2,3,9}	Bunter Eisbergsalat	Leichter Apfeltraum
30.09.	Mo	Nudeln mit Kürbissauce _{1,2}	---	Rohkost mit Dip _{2,9}	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 Chili sin carne 2	Basierend auf einer tomatigen Sauce mit Mais, Kidneybohnen und Linsen
Kartoffeln mit Chili con carne 2	Basierend auf einer tomatigen Sauce mit Mais, Kidneybohnen und Rinderhack
Reis mit vegetarischem Ragout 1,2	basierend auf einer hellen Kräutersauce mit Erbsen und Blumenkohl
Reis mit Lachs-Ragout 1,2	basierend auf einer hellen Dillsauce mit Erbsen und Lachs
Kartoffeln mit buntem Gemüse und Curry-Kokos-Sauce 1, 2	Buntes Gemüse bestehend aus Möhren, Paprika und Brokkoli (wahlweise Putenstreifen dazu)
Graupensuppe mit Würstcheneinlage und Brot 1,2,8	Gemüse bestehend aus Möhren, Sellerie und Kartoffeln
Kartoffel-Gemüse-Auflauf 1,2,8	Gemüse bestehend aus Möhren und Sellerie
Reis mit Tofu-Gemüse-Bratling und Zitronen-Kresse-Sauce 1,2,3	Tofu-Gemüse-Bratling bestehend aus Möhre, Sellerie, Frühlingszwiebel, Erbse und Tofu
Spätzle mit Linsengemüse 1,3,8	Gemüse bestehend aus Tellerlinsen, Möhren, Sellerie und Lauch

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

Herzliche Grüße aus der KinderKüche,

Euer KinderKüchen-Team