

|  |  |
| --- | --- |
| *MENÜPLAN* | |
| Montag  21.10.2019 | Salat, Rohkost & Früchte  Fleisch: Kalbsrahmgulasch1 mit Spätzli1,2 & Rosenkohl  Vegi: gefüllte Pepperoni1 |
| Dienstag  22.10.2019 | Salat, Rohkost & Früchte  Vegi: Bio-Vollkornmüscheli2 mit Tomatensauce oder Basilikumpesto1 & Blumenkohl  Dessert: Blueberry-Muffin1,2 |
| Mittwoch  23.10.2019 | Salat, Rohkost & Früchte  Fleisch: Poulet an somalischer Sauce mit Reis1 & Gemüse an Kokosauce |
| Donnerstag  24.10.2019 | Salat, Rohkost & Früchte  Fisch: frischer Lachs mit Petersilienkartoffeln1 & Mangold  Vegi: Spiegeleier  Dessert: Schokoladenmousse mit Schlagrahm1 |
| Freitag  25.10.2019 | Salat, Rohkost & Früchte  Vegi: Reisnudeln mit Ei & Gemüse1  Sauce: Sojasauce, Sambal Oelek, Koriander & Limettenschnitz |

Hinweis: 1 - laktose

2 - gluten