








# Mittagessen

KW: 40 vom 28.09.2020 bis zum 02.10.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>* VS.</b>	Karottensalat 18.22.	Blattsalat 10.22.	Gurkensalat 10.22.	Blattsalat mit Joghurtdressing 7.10.22.	Tomatensalat 16.22.
<b>Menü 1</b> Fleisch/Fisch	Hühnerfrikassee mit Zucchini und Reis  1w.3.7.	Schweinegulasch mit Paprika und Kartoffeln  1w.7.9.	Bauernfrikadelle in Tomatensoße mit Reis  1w.3.7.9.	Fischragout dazu Erbsenreis  1w.4.7.22.	Spaghetti mit Bifteki und Rahmsoße  1w.3.7.22.
<b>Menü 2</b> Vegetarisch	Kartoffelkroketten mit Champignonrahmsoße 1w.3.7.9.22.	Gemüselasagne mit Käse überbacken 1w.3.7.22.	Bandnudeln mit Kürbisragout 1w.3.7.22.	Drellis mit Tomatensoße 1w.3.7.22.	Reis mit roten Linsen dazu Joghurt-Dip 1w.3.7.
<b>Menü 3*</b>	Ofenkartoffeln mit Kräuterquark 7.18.	Backfisch mit Vollkornnudeln und Zitronensoße  1w.3.4.7.9.22.	Kürbissuppe mit Brot 1w.3.7.9.22.	Schweinegulasch in Pilzrahmsoße mit Spätzle  1w.3.7.9.18.22.	Vollkornnudeln mit Karottensoße 1w.3.7.9.22.
<b>* NS.</b>	Beerenjoghurt 7.22.	Saisonales Obst	Wackelpudding R.1w.3.7.8.22.	Saisonales Obst	Apfelmus 16.18.22.

*Guten Appetit*

\* = Vorspeise, Nachspeise und Menü 3 entsprechen den DGE-Empfehlungen (Deutsche Gesellschaft für Ernährung).  
 Wir sind auf dem Weg zur DGE-Zertifizierung.