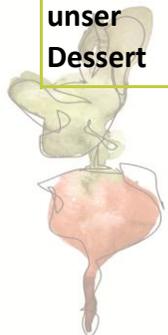


DATUM: 17.11. bis 23.11.2025

Woche: 47	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Gesund &amp; Lecker</b> 	Chili sin Carne <sup>3</sup> (Kidneybohnen, Paprika, Mais, Tomate) und Langkornreis 	MSC-Fischfilet <sup>D</sup> mit Erbsen Béchamelsoße <sup>G</sup> und Vollkornnudeln <sup>Aa</sup> 	Erbsensuppe (Erbsen, Sellerie, Lauch, Kartoffel) <sup>I</sup> dazu Vollkornbrot Aa,Ab,Ac,Ad,K 	Ofenkartoffel Kräuterquark <sup>G</sup> dazu Brokkoli 	Blumenkohl-frikadelle <sup>Aa,C,G</sup> mit Petersiliensoße <sup>G</sup> und Langkornreis 
<b>Leicht &amp; Lecker</b> 	Falafel <sup>Aa, Ac, Ad, C, I</sup> dazu Kräutersoße <sup>G</sup> und Salzkartoffeln	Mit Hirsebrei <sup>I,F</sup> und Gemüse gefüllte Zucchini, Reis und Tomatensoße <sup>3</sup>	Gnocchi <sup>C</sup> überbacken mit Gemüse	Rote - Linsen - Kokos- Suppe dazu Baguette <sup>Aa</sup>	Makkaroni <sup>Aa</sup> mit Käsesoße <sup>1,5 G</sup> / Tomatensoße <sup>3</sup>
<b>Salat</b> 	Salat des Tages	Salat des Tages	Salat des Tages	Salat des Tages	Salat des Tages
<b>unser Dessert</b> 	Frisches Obst	Quark <sup>G</sup> mit Zimt	Vanillejoghurt <sup>G</sup>	Frisches Obst	Frisches Obst

