

|              | Men??                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Zutaten                                                                                                                                                                  |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MO<br>03.11. | <b>Verschiedene Blattsalate</b><br>Mit Mais und Gurkenscheiben, dazu Balsamicodressing und Joghurtdressing<br>                                                                                                    | <b>Gurkenscheiben:</b><br><b>Balsamicodressing, Salatbar klein:</b> 4 13 20 22 1 5<br><b>Mais:</b> 2<br><b>Joghurtdressing, Salatbar klein:</b> 17<br><b>Blattsalat:</b> |
|              | <b>Milchreis</b><br>mit roter Gr??tze<br>                                                                                                                                                                         | <b>Milchreis:</b> 1 17<br><b>warme Rote Gr??tze:</b> 1 2                                                                                                                 |
|              | <b>H??hnhengulasch "Ungarische Art"</b><br>mit Paprikastreifen, dazu Salzkartoffeln                                                                                                                                                                                                                | <b>H??hnhengulasch "Ungarische Art":</b> 11a<br><b>Kartoffeln:</b>                                                                                                       |
|              | <b>Hausgemachtes Dessert: Schoko-Kirsch-Quark</b><br>mit Raspelschokolade<br>                                                                                                                                     | <b>Kirsch-Quark mit Schokoraspeln:</b> 17 2                                                                                                                              |
|              | <b>Birne</b><br>-<br>                                                                                                                                                                                             | <b>Birne:</b>                                                                                                                                                            |
|              | <b>Mandarine</b><br>-<br>                                                                                                                                                                                         | <b>Mandarinen:</b>                                                                                                                                                       |
| DI<br>04.11. | <b>Bio-/Fairtrade??-Banane</b><br>-<br>   | <b>Bio-/Fairtrade??-Banane:</b>                                                                                                                                          |
|              | <b>Kartoffelsuppe</b><br>mit Br??tchen<br>                                                                                                                                                                      | <b>Kartoffelsuppe:</b> 19 5<br><b>Br??tchen*:</b> 11a                                                                                                                    |
|              | <b>Bio Eieromelette</b><br>mit Rahmspinat und Kartoffelp??ree<br>                                                            | <b>Bio Eieromelette*:</b> 4 13 17<br><b>Bio Rahmspinat:</b> 4 17 11a<br><b>Bio Kartoffelp??ree:</b> 17                                                                   |
|              | <b>Hausgemachtes Dessert: Quark mit Apfel und Birne</b><br>-<br>                                                                                                                                                | <b>Apfel-Birnen-Quark:</b> 5 17 2 5 2                                                                                                                                    |
|              | <b>Apfel</b><br>-<br>                                                                                                                                                                                           | <b>Apfel:</b>                                                                                                                                                            |
|              | <b>Kiwi</b><br>-<br>                                                                                                                                                                                            | <b>Kiwi:</b>                                                                                                                                                             |
| MI<br>05.11. | <b>Backfisch (Seelachsfilet, paniert)</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Backfisch*:</b> 14 10 11a<br><b>Hausgemachtes Kartoffelp??ree:</b> 17<br><b>Rahmspinat:</b> 4 17<br><b>Kartoffeln:</b>                                                |
|              | <b>Bio Penne Napoli</b><br>Vollkorn-Penne mit Tomatensauce, dazu Gouda-Topping<br>                                           | <b>Bio Vollkornpenne:</b> 11a 11b 11c 11d<br><b>Bio Tomatensauce:</b> 19 11a<br><b>Bio Gouda-Topping:</b> 17                                                             |

|              | Men??                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Zutaten                                                                                                                                                                  |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MI<br>05.11. | <b>Dessert: Vanillepudding</b><br>-<br>                                                                                                                                                                           | <b>Pudding mit Vanillegeschmack:</b> 1 17                                                                                                                                |
|              | <b>Rohkost mit Dip</b><br>Gem??sesticks mit Kr??uterquark<br>                                                                                                                                                     | <b>Rohkost mit Dip:</b> 17                                                                                                                                               |
| DO<br>06.11. | <b>Gem??se Bolognese</b><br>(Mais, Karotten, Erbsen) mit Spaghetti<br>                                                                                                                                            | <b>Veg. Gem??se-Bolognese:</b> 19 20 11a<br><b>Spaghetti:</b> 11a                                                                                                        |
|              | <b>Verschiedene Blattsalate</b><br>Mit Radieschenstreifen und Gurkenscheiben, dazu Joghurtdressing und Hausdressing<br>                                                                                           | <b>Joghurtdressing, Salatbar klein:</b> 17<br><b>Radieschenstreifen:</b><br><b>Gurkenscheiben:</b><br><b>Hausdressing, Salatbar klein:</b> 4 13 20<br><b>Blattsalat:</b> |
|              | <b>Spinatkn??del</b><br>in Kr??uter-Rahm-Sauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln<br>                                                                                                                               | <b>Spinatkn??del*:</b> 13 17 2 11a<br><b>Kr??uter-Rahm-Sauce:</b> 1 17 10 11a<br><b>Rotkohl:</b> 5 2 5 2<br><b>Kartoffeln:</b>                                           |
|              | <b>Hausgemachtes Dessert: Quark mit Pflaume</b><br>-<br>                                                                                                                                                          | <b>Dessert Quark mit Pflaume:</b> 1 17 2                                                                                                                                 |
|              | <b>Apfel</b><br>-<br>                                                                                                                                                                                           | <b>Apfel:</b>                                                                                                                                                            |
|              | <b>Kiwi</b><br>-<br>                                                                                                                                                                                            | <b>Kiwi:</b>                                                                                                                                                             |
|              | <b>Cheeseburger (Rind)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Cheeseburger:</b> 13 17 20 21 11a<br><b>Salatmayonnaise:</b> 4 13 20<br><b>Burgersauce:</b> 4 13 20<br><b>Kartoffelwedges*:</b> 10<br><b>M??hrensalet:</b> 2 2        |
| FR<br>07.11. | <b>Dessert: Milchreis</b><br>-<br>                                                                                                                                                                              | <b>Milchreis:</b> 17                                                                                                                                                     |
|              | <b>Thunfisch- Tomatensauce</b><br>mit Vollkorn-Spirelli<br>                                                                                                                                                     | <b>Thunfisch-Tomaten-Sauce:</b> 14 19 11a<br><b>Vollkorn Spirelli:</b> 11a                                                                                               |
|              | <b>Mandarine</b><br>-<br>                                                                                                                                                                                       | <b>Mandarinen:</b>                                                                                                                                                       |
|              | <b>Bio-/Fairtrade??-Banane</b><br>-<br>   | <b>Bio-/Fairtrade??-Banane:</b>                                                                                                                                          |
|              | <b>Rohkost mit Dip</b><br>Gem??sesticks mit Kr??uterquark<br>                                                                                                                                                   | <b>Rohkost mit Dip:</b> 17                                                                                                                                               |