

Menüplan Bambini-Oase + Rappelkiste

März 2019



Wochentag	Datum	Mittags	Vesper
Freitag	01.03.19	Milchnudeln dazu Apfelkompott ^{1,2}	Vollkornknäckebrötchen mit Schnittlauch-Leberwurst ^{1,2,3,7,8}
Montag	04.03.19	Paprika-Hackfleisch-Pfanne mit Gemüsereis Vegetarisch: Soja-Hackfleischpfanne mit Gemüsereis ^{2,4}	Birchermüsli ^{1,2}
Dienstag	05.03.19	Kartoffel-Möhrenstampf mit Blumenkohlcremesauce ²	Vollkornbrot mit Butter und Käse, Paprikastreifen ^{1,2}
Mittwoch	06.03.19	Karotten-Kürbiskern-Rösti mit Kartoffeln und Kräuter-Dip und Gemüsesticks ^{2,6}	Cornflakes mit Bio-Milch und Obstteller ²
Donnerstag	07.03.19	Rigatoni mit Schinken-Käsesauce überbacken und Rohkost-Salat ^{1,2} Vegetarisch: Rigatoni mit Käsesauce überbacken dazu Rohkostsalat ^{1,2}	Apfelkompott/Dinkelzwieback ¹
Freitag	08.03.19	Schließtag	
Montag	11.03.19	Vegetarische Bolognese Mit Gabelspaghetti ^{1,2}	7 Zwerge-Quarkspeise ²
Dienstag	12.03.19	Hähnchen- Jambalaja (Reistopf mit Gemüse und Hähnchen) ¹ Vegetarisch: Jambalaja (Reistopf mit Gemüse) ¹	Vollkornbrötchen mit Kräuterfrischkäse Knabbergemüse ^{2,1}
Mittwoch	13.03.19	Kürbisaufguss mit Mozzarella überbacken (Gurkensticks) ²	Schoko-Knusper-Müsli mit Bio-Milch ^{2,1}
Donnerstag	14.03.19	Eierragout mit Salzkartoffeln ²	Mischbrot mit Butter und Geflügelsalami Gemüseteller ^{2,1}
Freitag	15.03.19	Fisch-Topf mit Fenchel-Paprika Gemüse und Kartoffeln) ^{2,10}	Zitronenkuchen (Hausgemacht) ^{2,1}
Montag	18.03.19	Spirellis mit Rattatouille Gemüse	Cornflakes mit Bio-Milch und Obst ^{1,2}
Dienstag	19.03.19	Schichtkohl mit Hackfleisch und Petersilienkartoffeln ² Vegetarisch: Schichtkohl mit Rahmsauce und Petersilienkartoffeln ²	Fruchtquark mit Waldbeeren ²
Mittwoch	20.03.19	Spinat-Aufguss mit Alaska Seelachs und Vollkornreis ^{1,2,10} Vegetarisch: Spinat-Aufguss mit Vollkornreis ^{1,2}	Kosakenbrot mit Schnittlauchbutter ^{1,2}
Donnerstag	21.03.19	Kartoffelrösti mit Quark-Dip und Gemüse-Sticks	Schoko Pudding mit Vanillesauce/Zwieback ^{1,2}
Freitag	22.03.19	Kohlrabi-Eintopf mit Rindfleisch Kartoffelwürfel Vegetarisch: Kohlrabi-Eintopf mit Kartoffelwürfel	Schoko-Kokos-Kuchen und Saftschorle ^{1,2}
Montag	25.03.19	Spaghetti mit Spinatsoße, Tomatensalat mit Fetakäse ^{1,2}	Erdbeer-Smoothie, Filinchen mit Butter ^{1,2}
Dienstag	26.03.19	Kasseler-Braten mit grünen Bohnen und Kartoffeln ² Vegetarisch: Vegetarisches Schnitzel mit grünen Bohnen und Kartoffeln ^{1,2,3}	Mini Zimtis mit frischer Milch, Obstteller ^{1,2}
Mittwoch	27.03.19	Bunter Gemüsereis mit milder Currysauce ^{1,2}	Viersaatbrötchen mit Margarine und Kochschinken ^{2,7,8 b}
Donnerstag	28.03.19	Bratfisch mit Kräutersauce und Salzkartoffeln ^{2,10} Vegetarisch: Karotten-Kürbiskern-Rösti mit Kräuterdip ^{2,1}	Knäckebrötchen mit Butter Schnittkäse ^{1,2}
Freitag	29.03.19	Kräftiger Winter-Gemüse-Eintopf mit Knacker dazu Vollkorntoast ^{1,2} Vegetarisch: Kräftiger Winter-Gemüse-Eintopf	Kalter Hund dazu Obstteller ^{1,2}

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe

a) mit Farbstoff b) mit Konservierungsstoff oder „konserviert“ c) mit Nitritpökelsalz d) mit Antioxidationsmittel e) geschwefelt f) geschwärzt g) mit Phosphat h) mit Geschmacksverstärker i) gewachst j) mit Süßungsmittel k) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln l) enthält eine Phenylalaninquelle m) kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken

Kennzeichnungspflichtige Hauptallergene

1. Glutenhaltige Getreide 2. Milch(-produkte) auch Laktose 3. Eier 4. Soja 5. Erdnüsse 6. Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashewnuss, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) 7. Sellerie 8. Senf 9. Krebstiere (Garnele, Hummer, Languste, Fluss- und Taschenkrebse sowie Krabbe 10. Fisch 11. Sesamsamen 12. Schwefeldioxid und Sulfite (in einer Konzentration von mehr als 10 Milligramm pro Kilogramm/Liter 13. Lupinen 14. Weichtiere (Mollusken wie Tintenfische, Muscheln, Austern, Schnecken)

Das Küchenteam aus der Bambini Oase wünscht **Guten Appetit**

Täglich wird frisches Obst und Gemüse der Saison, Milch, Tee und Wasser angeboten. 75% aller Lebensmittel sind Bio-Produkte.

Fleisch aus der Fleischerei Dornig; **Backwaren** aus der Konditorei Rauch; **Kuchen** hausgebacken

Speiseplanänderungen vorbehalten