

# Menüplan

10.01. – 14.01.

Wochentag	Mittagsmenü	Nachmittagssnack
 <p><b>Montag</b> ist Nudeltag</p>	<p>Penne mit Thunfischsoße (GI) dazu Gurkensalat (Zi, Mi)</p>	<p>Reiswaffeln mit Apfelmousse</p>
 <p><b>Dienstag</b> ist Fleischtag</p>	<p>Putenwienerle mit hausgemachtem Ketchup dazu würzige Kartoffelecken und gegrilltes Gemüse Vegetarisch: Vegetarische Würstchen (Ei, GL)</p>	<p>Natur Joghurt &amp; saisonales Obst (Mi)</p>
 <p><b>Mittwoch</b> ist Veggietag</p>	<p>Spanische Tortilla mit Kartoffeln (Ei, Mi, Kä, GI) dazu Gemüsesticks und Kräuterquark (Mi)</p>	<p>Käseauswahl &amp; Knabbereien (Kä, GI)</p>
 <p><b>Donnerstag</b> ist Fischtage</p>	<p>Schlemmer-Filet (Fi, GL) dazu Kartoffelstampf (Mi) und Blumenkohl in Bechamèl (Mi, GI) Vegetarisch: Gebackener Tofu (SO, GL)</p>	<p>Dinkel-Rübli Kuchen (GI, Nü)</p>
 <p><b>Freitag</b> ist Suppentag</p>	<p>Kürbiscrème (Mi) dazu Vollkornbrot und Rohkost mit Dip (Mi)</p>	<p>Curry-Zucchini Aufstrich mit Knusperbrot (So)</p>

\*Für die Inhalte Externer sind wir nicht verantwortlich.

Milchspeisen werden immer **alternativ mit Kokosmilch-, Soja-und/oder Mandel-drink** angeboten. **Täglich** wird **Obst** und **Gemüse** der Saison, Milch, Tee und Wasser angeboten. **Berücksichtigung von Kindern unter 2 Jahren** bei der Auswahl und der Zubereitung von Speisen. Wir achten auf **Regionalität** und **Bio-Qualität**. (Speiseplanänderungen vorbehalten)

**Das Küchenteam wünscht guten Appetit!**

**Lust mitzuessen?**

Einfach QR-Code scannen und sehen, was es täglich bei uns gibt.\*



# Menüplan

17.01.–21.01.



**Montag**  
ist Nudeltag

## Mittagsmenü

Mac & Cheese (GI, Kä, Mi) dazu  
Griechischer Salat

## Nachmittagsnack

Natur Joghurt &  
saisonales Obst (Mi)



**Dienstag**  
ist Fleischtag

Hähnchenschnitzel\* (GI) mit  
Bandnudeln (GL) und T´bikha mit  
Gemüse

Vegetarisch: Veggie Schnitzel (EI, GL)

Spinat-Walnuss Aufstrich  
mit Knusperbrot



**Mittwoch**  
ist Veggietag

Falafel (GI, Hü) dazu  
Kartoffelpüree und  
Kleine-Möhren-Salat

Käseauswahl & Knabbereien  
(Kä, GI)



**Donnerstag**  
ist Fischtage

Thai-Curry mit Gemüse (GI, Kr)  
dazu Basmati Reis

Vegetarisch: Vegetarisches  
Thai-Curry (SO, GL)

Rohkost & Dip



**Freitag**  
ist Suppentag

Gemüse Minestrone dazu  
Buchstaben-Nudeln (GI) und  
Vollkornbrot

Marmor Kuchen

Milchspeisen werden immer **alternativ** mit **Kokosmilch-, Soja-und/oder Mandel-**drink angeboten. **Täglich** wird **Obst** und **Gemüse** der Saison, Milch, Tee und Wasser angeboten. **Berücksichtigung von Kindern unter 2 Jahren** bei der Auswahl und der Zubereitung von Speisen. Wir achten auf **Regionalität** und **Bio-Qualität**. (Speiseplanänderungen vorbehalten)

**Das Küchenteam wünscht guten Appetit!**

Lust  
mitzuessen?

Einfach QR-Code  
scannen und sehen,  
was es täglich bei  
uns gibt.\*



# Menüplan

24.01. – 28.01.



**Montag**  
ist Nudeltag

## Mittagsmenü

Vollkorn Spaghetti (GI) dazu  
Spinat-Frischkäse Soße (MI, BU)

## Nachmittagsnack

Natur Joghurt &  
saisonales Obst (MI)



**Dienstag**  
ist Fleischtag

Chicken Nuggetz (GI) mit  
Erbsenpüree (MI, HU) und sautierten  
Möhren (BU)

Beeren Smoothie und  
Dinkel-Kekse (MI)

Vegetarisch: Back-Zucchini (EI, GL)



**Mittwoch**  
ist Veggietag

Gnocchi in Tomatensoße (GI)  
dazu Mozzarella-Kugeln und  
Gemischter Salat

Käseauswahl & Butterbrot



**Donnerstag**  
ist Fischtage

Barsch-Filet in Beurre Blanc (GI)  
dazu Vollkorn Reis mit  
gedünsteten Brokkoli

Natur Joghurt &  
saisonales Obst (MI)

Vegetarisch: Vegetarischer  
Backfisch (SO, GL)



**Freitag**  
ist Suppentag

Blumenkohlcrème (MI) und  
Vollkornbrot mit Gemüse Sticks

Schoko Stange (GI, Nü)

Milchspeisen werden immer **alternativ** mit **Kokosmilch-, Soja-und/oder Mandel-**drink angeboten. **Täglich** wird **Obst** und **Gemüse** der Saison, Milch, Tee und Wasser angeboten. **Berücksichtigung von Kindern unter 2 Jahren** bei der Auswahl und der Zubereitung von Speisen. Wir achten auf **Regionalität** und **Bio-Qualität**. (Speiseplanänderungen vorbehalten)

**Das Küchenteam wünscht guten Appetit!**

**Lust  
mitzuessen?**

Einfach QR-Code  
scannen und sehen,  
was es täglich bei  
uns gibt.\*



# Menüplan

31.01. – 04.02.



**Montag**  
ist Nudeltag

## Mittagsmenü

Bunte Nudeln-Gemüse  
Gratin (GL, Kä) mit Salat-Buffer

## Nachmittagsnack

Natur Joghurt &  
saisonales Obst (Mi)



**Dienstag**  
ist Fleischtag

Selbstgemachte Frikadelle aus  
BIO-Rind in Tomatensoße (Ei, MI, GL)  
mit Basmati Reis und Gurkensalat

Reiswaffeln und Apfelmousse  
(GI)

Vegetarisch: Gemüse Frikadelle  
(GI, Ei)



**Mittwoch**  
ist Veggietag

Gekochte Eier mit Senf dazu  
Petersilienkartoffeln und  
Rahmspinat

Granola & Quark (Mi, GI, Nü)



**Donnerstag**  
ist Fischtage

Schlemmer-Filet\* „Italiano“ (Fi,  
GL, Ei) mit Kartoffelstampf (MI, BU)  
und Möhrenragout

Käseauswahl & Butterbrot (GI)

Vegetarisch: Gemüse „Backfilet“  
(SO, GL, Ei)



**Freitag**  
ist Suppentag

Erbsen-Eintopf (HÜ) mit Pute-  
Wienerwürstchen und  
Vollkorn-Brot

Dinkel-Brownies (GI)

Vegetarisch: Veggie  
Erbsen-Eintopf mit Backerbsen (GI)

Milchspeisen werden immer **alternativ** mit **Kokosmilch-, Soja-und/ oder Mandel-**drink angeboten. **Täglich** wird **Obst** und **Gemüse** der Saison, Milch, Tee und Wasser angeboten. **Berücksichtigung von Kindern unter 2 Jahren** bei der Auswahl und der Zubereitung von Speisen. Wir achten auf **Regionalität** und **Bio-Qualität**. (Speiseplanänderungen vorbehalten)

**Das Küchenteam wünscht guten Appetit!**

Lust  
mitzuessen?

Einfach QR-Code  
scannen und sehen,  
was es täglich bei  
uns gibt.\*

