

Speiseplan KW 12 17.03. – 21.03.2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Rohkost	Rohkost	Rohkost	Rohkost	Rohkost
Hauptspeise	Bio-Spirellis mit Tomatensoße	Reibeplätzchen mit Apfelmus	Fischfrikadelle mit Soße und Bio-Kartoffeln	Hackfleischpfanne mit Schmorgemüse und Bio-Kartoffeln	Nudelauflauf „Bolognese“ mit Rinderhack
Vegetarisch	Bio-Spirellis mit Tomatensoße	Reibeplätzchen mit Apfelmus	Bio-Penne mit veg. Bolognese-soße	Gemüsetopf Teriyaki Style mit Bio-Tofu und Bio-Reis	Linsenbratling mit Joghurtdip und Bio-Kartoffeln
Gluten- und lactosefreies Essen	Glutenfreie Nudeln mit Tomatensoße/ Bio-Spirellis mit Tomatensoße	Erseneintopf/ Reibeplätzchen mit Apfelmus	Gyrostopf mit Hähnchenbruststreifen und Bio-Reis	Hackfleischpfanne mit Schmorgemüse und Bio-Kartoffeln	Frisches Wokgemüse in Kokossoße mit Bio-Reis
Dessert	Frischobst	Westf. Pumpnickel-Speise	Frischobst	Schwarzwälder Kirschquark	Bananen-Kokos-Kuchen/Frischobst