

SPEISEPLAN

für die Woche vom 04.09. - 10.09.23

GS „Stella Maris“

Menü 1 **Menü 2: vegetarisch** **Nachtsch**

MONTAG

„Chili sin Carne“^{F,I}
mit Tomaten, Kidney Bohnen,
Mais und Kartoffelwürfeln,
dazu Sauerrahm^G



Joghurt^G vom
Bio-Hof Dehlwes
mit Heidelbeere

DIENSTAG

Hühner-Nudelsuppe^{A,A1,C,I}
mit buntem Gemüse,
(Blumenkohl, Karotte, Bohnen, Erbsen)
Kaiserbrötchen^{A,A1}



Gemüse-Eintopf^C
mit Eierstich^G, Möhren,
Kohlrabi, Erbsen
und Lauch
Kaiserbrötchen^{A,A1}



„Obstkorb“

MITTWOCH

Hähnchenbrustschnitzel
„natur“
mit Pastinaken
in Kräuterrahm^G,
dazu Dampfkartoffeln



Gemüse-Knusper-Bagel^{A,A1,I}
mit Pastinaken
in Kräuterrahm^G,
dazu Dampfkartoffeln



Buttermilchjoghurt^G
mit Gartenfrüchte

DONNERSTAG

VeggieDay

Tomaten-Maissalat

Kartoffeltasche^G
mit **Bio-Kräuterdipp^G**



Milchpudding^G
„Vanille“

FREITAG

Gurkensalat in Dill-Joghurt^{G,J}

Fischfrikadelle^{A,A1,D,J}
mit Kartoffeln
und hausgemachter
Joghurt-Remoulade^{C,G,J}



Gurkensalat in Dill-Joghurt^{G,J}

Gemüsefrikadelle^{A,A1,C}
(Möhre, Pastinake, Romanesco, Erbse)
mit Kartoffeln
und hausgemachter
Joghurt-Remoulade^{C,G,J}



„Obstkorb“