

Speiseplan 3

Montag

Nudeln mit Hackfleischrahmsoße, dazu hausgemachter Obstjoghurt mit Honig (9,4) ✓

Dienstag

Vegetarischer Linseneintopf mit Wurzelgemüsen und Vollkornbrot, dazu frisches Obst (5,9) ✓

Mittwoch

Geflügelfrikadelle mit Soße, Salzkartoffeln und Salat (1,4,5,9,12) 🐔

Donnerstag

Hähnchenfilet mit Rahmsoße, Erbsen- u. Möhrengemüse, Buttern Vollkornreis (4,9) 🐔

Freitag

Lachs-Nudelaufbau mit frischem Salat (2,4,9) 🐟

- | | |
|---------------|---------------------------|
| 1) Eier | 8) Erdnüsse |
| 2) Fisch | 9) Glutenhaltige Getreide |
| 3) Krebstiere | 10) Lupine |
| 4) Milch | 11) Schalenfrüchte |
| 5) Sellerie | 12) Senf |
| 6) Sesamsamen | 13) Sojabohnen |
| 7) Sulphite | 14) Weichtiere |