

Speiseplan

Änderungen vorbehalten!

Woche: 4

	Frühstück	Mittagessen	Vesper
Montag	<ul style="list-style-type: none"> ● Müsli ● Milch ● Saft ● 10.00 – Obstpause _{A,G} 	<ul style="list-style-type: none"> ● Buchweizensuppe ● Vollkornbrot ● Apfelmus ● Pfefferminz-Kamille-Tee _A 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vollkornbrot ● Frischkäse, ● Gemüse, ● Tee _{A,G}
Dienstag	<ul style="list-style-type: none"> ● Brot, ● Butter ● Geflügelwurst ● Gemüse ● Tee ● 10.00 – Obstpause _{A,G,O,M} 	<ul style="list-style-type: none"> ● Kartoffel ● gedünstetes Gemüse ● Rohkost ● Fruchttee 	<ul style="list-style-type: none"> ● Gebäck ● Kakao ● Obst _{A,G,O}
Mittwoch	<ul style="list-style-type: none"> ● Haferflockenbrei ● Knäckebrot ● Butter, ● Marmelade ● Obst ● Tee ● 10.00 – Saftpause _{A,G,O,} 	<ul style="list-style-type: none"> ● Kartoffelsuppe mit Klopse ● Vollkornbrot ● Obstsalat ● Hagebutten-Kamille-Tee _A 	<ul style="list-style-type: none"> ● Knäckebrot ● Joghurt ● Obst _{A,G,O}
Donnerstag	<ul style="list-style-type: none"> ● Gekochtes Ei ● Brot ● Frischkäse ● Gemüse ● Kakao ● 10.00 – Obstpause _{A,G} 	<ul style="list-style-type: none"> ● Fisch in Teig ● Reis ● gedünstetes Gemüse ● Rohkost ● Fruchttee _{A,O} 	<ul style="list-style-type: none"> ● Schwarzbrot ● Geflügelwurst ● Frischkäse ● Tee _{A,G,O,M}
Freitag	<ul style="list-style-type: none"> ● Haferflockenbrei ● Brot ● Butter ● Käse ● Marmelade ● Tee ● 10.00 – Saftpause _{A,G,O,} 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nudeln mit Bolognesesauce ● Gurkensalat ● Hagebutten-Kamille-Tee _A 	<ul style="list-style-type: none"> ● Fruchtbuttermilch, ● Zwieback _{A,G,}

A= Gluten, B= Krebstiere, D= Fisch, E= Erdnüsse, G= Milch und Lactose, H= Schalentiere, L= Sellerie, M= Senf, N= Sesam, O= Sulfite, P= Lupine, R= Weichtiere

