



Vorspeise

Rohkost

Hauptspeise

Hauptspeise II

Vollwert

Frishobst

Nachspeise

Montag 19.07.2021	Krautsalat	Rohkost	Wurstgulasch "Cowboy" mit Spirellis	Gemüsegulasch mit Spirellis	veg. Gemüsefrikadelle mit Sauce und Kartoffelgratin	Frishobst	"Tropic"-Frucht- joghurt
Anzahl		15	15	3,12,15	3,15,	fruktose 15	12.fruktose
Dienstag 20.07.2021	Konfettisalat	Rohkost	Hähnchen- schnittel mit Rahmsauce und Reis	Kohlrabischnitzel mit Rahmsauce und Reis	veg. "Chili sin carne" mit Paprika, weiße Bohnen und Reis	Frishobst	Schokocreme
Anzahl		15	15	15		fruktose	12,19 15
Mittwoch 21.07.2021	Rotkohl	Rohkost	Frikadelle mit brauner Sauce und Salzkartoffeln	Spaghetti mit Käsesauce	Selleriebratling mit Sauce und Schupfnudeln	Frishobst	Stracciatella- quark
Anzahl	15		15	15	3,15	fruktose	12,15,19 15
Donnerstag 22.07.2021	Farmersalat	Rohkost	Linsensuppe mit Geflügelwurst und Brötchen	Pizza mit Tomate, mediterrane Gemüse und Käse überbacken	Tomatensuppe mit Vollkornbrötchen	Frishobst	Pfirsichkuchen
Anzahl	12	15	15	12,15	3,15	fruktose	15,17,fruktose 15
Freitag 23.07.2021	Kein Rahmspindt	Rohkost	Lachs-Gemüse- Medaillon mit Kartoffelbrei	Rührei mit Kartoffelpüree	3 Kartoffel- Gemüse-Rösti mit Gemüserelisch	Frishobst	Apfelquark
Anzahl			3,12,17	12,17	3,17,fruktose	fruktose	12.fruktose