

Gruppenname:
Anregungen, Wünsche:

Kiga St. Georg Anake e.V.



Vorspeise

Rohkost

Hauptspeise

Hauptspeise II

Vollwert

Frishobst

Nachspeise

	Vorspeise	Rohkost	Hauptspeise	Hauptspeise II	Vollwert	Frishobst	Nachspeise
Montag 27.03.2023	Krautsalat	Rohkost	Gabelspaghetti mit Bolognesesauce 3.15	Spirellisnudeln mit Käsesauce 12.15	Vollkornspiralen mit Gemüse-rahmsauce 3.15.12	Frishobst fruktose	Erdbeeryoghurt 12.fr.aktose
Anzahl		15	15			15	
Dienstag 28.03.2023	Möhrensalat fruktose	Rohkost	Gemüsesuppe "Kunterbunt" mit Ge.-Bockwurst und Brötchen 15	veg. Mantelchen ratatouille mit Basilikum und Parmesan 3.15.17.fruktose	Gemüsepizza aus Vollkornmehl mit Käse gebacken 3.12.15	Frishobst fruktose	Vanillecreme 12
Anzahl		15	15				15
Mittwoch 29.03.2023	Mixgemüse	Rohkost	4 Hähnchen-nuggets mit Currysauce und Reis 3.15.17	4 Gemüsenuggets mit Currysauce und Reis 3.15.17	2 Vollkornpfannkuchen mit Gemüse gefüllt 12.15.17	Frishobst fruktose	Apfel-Zimt-Quark 12.fruktose
Anzahl		15	15			15	
Donnerstag 30.03.2023	Eisbergsalat mit Joghurtdressing 12	Rohkost	Kartoffelauflauf mit Hähnchen in Rahmsauce mit Käse überbacken 12	ungarisches Gemüsegulasch mit Salzkartoffeln 3.fruktose	Tomatensuppe "Primaverde" mit Vollkornbrötchen 3.15	Frishobst fruktose	Stippmilch 12
Anzahl	15		15			15	
Freitag 31.03.2023	Kohlrabigemüse 12.15	Rohkost	Fischfilet im Backteig mit Kartoffelpüree 12.15.17.18	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Kartoffelpüree 12.15	Bulgurtaler mit Kartoffelpüree 12.15.17	Frishobst fruktose	Stracciatella-quark 12.19
Anzahl	15		15			15	