

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.01.2023 - 06.01.2023	M1 Eieromelett (a, a1, c, g, h) mit Blumenkohl in Sauce Hollandaise (a, a1, g) dazu Kartoffeln und Obst 	Kohlrabi-Möhrensuppe mit Kartoffelwürfeln und Hähnchenbrustfleisch (a, g, i) dazu Vollkornbrot (a1, a2, k) und hausgemachte Quarkspeise (g) 	Milchreis (g) mit Zucker und Zimt dazu Apfelkompott (2) 	Seelachsfilet gebacken (a, a1, d) mit einer leichten Senfsoße (a, a1, g, i, j) und hausgemachten Kartoffelpüree (g) dazu Mixsalat mit Orangendressing (a) 	Bohnsuppe dazu Brot (a, a1, i, g, h) und Obst 
	M2 Ferien	Ferien	Gemüse-Kartoffelragout aus Erbsen, Mais, Karotten, Kartoffeln, Brokkoli (a, a1, f, g, i) dazu Farmersalat (a, a1) 	Vollkornnudeln (a, a1) mit cremiger Käse-Lauch-Soße (3, a, a1, f, g, i) dazu Mixsalat mit Orangendressing (a) 	Möhrenschnitzel (a, a1, c, i, k) mit hausgemachten Kartoffelpüree (g) und Currysoße (a, a1, f, g, i, j) dazu Obst 
09.01.2023 - 13.01.2023	M1 Gemüsesuppe aus Kartoffeln, Möhren, Erbsen, Sellerie, Kohlrabi (a, i) und einer Scheibe Vollkornbrot (a, a1, a2, k) dazu Obst 	Gabelspaghetti (a, a1, c, f, j, k, m) mit Geflügel-Bolognese (3, a, g, i) dazu Mixsalat und Hausdressing (a) 	Kartoffelsuppe aus Kartoffeln, Möhren, Sellerie (a, i, g) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k) und Vanillepudding (g) 	Gebratenes Fischstäbchen (d, a, c) mit einer Kräuter-Sahne-Soße (a, a1, g, i) dazu Gemüse-Vollkornreis (i) und Karottensalat 	Buntes Eierfrikassee mit Erbsen und Möhren (a, a2, c, f, g, i) dazu Salzkartoffeln und Rotkohlsalat 
	M2 Kichererbsen-Gemüsecurry mit Kartoffeln, Karotten, Mais, Tomaten (a, g, h, i) dazu Bio-Reis (i)  und Obst 	Gemüseschnitzel paniert aus Karotten, Erbsen, Kohlrabi (a1, a3, c, f, g, h) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g) und Kartoffeln dazu Mixsalat mit Hausdressing (a) 	Vollkornnudeln (a, a1) mit Spinat-Rahmsoße (a, a1, g, i) dazu Vanillepudding (g) 	 Tortellini mit Gemüsefüllung (a, c, i) dazu Bärlauch-Käsesoße (a, i, g) und Karottensalat 	Blumenkohl-Käsebratling (a1, a, c, g) mit Paprikasoße (a, g, i) und Salzkartoffeln dazu Rotkohlsalat 
16.01.2023 - 20.01.2023	M1 Erbseintopf mit Kartoffelwürfeln, Sellerie und Möhren (a, g, i, j) dazu Vollkornbrot (a, a1) und Obst 	Schnitzel (B, a, c, i) mit Mischgemüse (a, i) dazu Bratensoße (a, i, g) und Salzkartoffeln sowie hausgemachter Erdbeerrjoghurt (g) 	Vorsuppe (a, i, g) dazu Eierkuchen (a, c, g) mit Apfelmus (2) 	Fischburger (d, a1, g) mit Dillsoße (a, i, g, j) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Rote-Bete-Apfelsalat (2) 	Reiseintopf mit Parboiled-Reis, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Porree, Sellerie, Blumenkohl (a, i) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k) und Gurkensalat (a) 
	M2 Eierpatty (c, g, i) mit Spinat (a, a1, g) und Salzkartoffeln dazu Obst 	Gemüsefrikassee (a1, c, f, g) (Karotten, Erbsen, Mais, Blumenkohl) mit Vollkornreis dazu hausgemachter Erdbeerrjoghurt (g) 	Bio-Nudeln  (a, a1, c) mit Kräuter-Frischkäse-Tomatensoße (a, a1, g, i) dazu Apfelmus (2) 	Chili sin Carne (Mais, Bohnen, Tomaten, Zwiebel) (a, h, i) dazu Vollkornreis (i) und Rote-Bete-Apfelsalat (2) 	Rote-Bete-Medallions (a, a1, c, i) mit Schnittlauchsauce (a, i, g) dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat (a) 
23.01.2023 - 27.01.2023	M1 Linsensuppe mit buntem Gemüse (Karotte, Erbse) (a, a1, i, h) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, a3, a4, k) und Obst 	Jägerschnitzel (B, 3, 6, a, i, g, c) mit Spirellinudeln (a, a1, c) und Tomatensoße (a, i) dazu hausgemachte Fruchtquarkspeise (g) 	Nudelsuppe (Karotten, Erbsen, Blumenkohl) mit Vollkornbrot (a, a1, a2, k) und Bio-Obst 	Fischragout, Seelachswürfel natur in Dillsoße mit bunten Karotten (a, d, i, g) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Rotkohlsalat 	Grießbrei (a, g) mit Zucker und Zimt dazu Apfelmus (2) 
	M2 Gemüse-Kartoffel-Ragout (Brokkoli, Blumenkohl, Karotte, Erbse, Rosenkohl) in Sahnesoße (a, i, g) dazu Obst 	Gemüsecurry aus Karotten, Mais, Bohnen, Paprika, Sojasprossen, Erbsen (a, i, g) mit Reis und hausgemachter Fruchtquarkspeise (g) 	Bunte Nudeln (a1, c, f, j, k, m) mit Tomaten-Mozzarella-Soße (a1, g, i)  dazu Bio-Obst 	Gekochtes Ei (c) in Senfsoße (a, i, j, g) dazu Salzkartoffeln und Rotkohlsalat 	Vollkornnudeln (a, a1) mit Tomatensoße (a, i) und Reibekäse (g) dazu Apfelmus (2) 
30.01.2023 - 03.02.2023	M1 Kartoffelsuppe (a, i, g) dazu Körnerbrot (a1, a2, a3, a4) und Obst 	Hähnchennuggets mit fruchtiger Currysoße (a, a1, g) dazu hausgemachtes Kartoffel-Kürbis-Püree (g) und Weißkraut-Zucchini-Salat 	Vorsuppe mit Eierkuchen (a, a1, c, g) dazu Apfelmus (2) 	Weißkohleintopf mit Kartoffelwürfeln und Karotten (a, i, g) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k) und Schokopudding (g) 	Milchreis (g) mit Zucker und Zimt dazu Erdbeerkompott (2) 
	M2 Spinat-Knuspermedallions (a, a1, c, g, i) mit Rahmsoße (a, g, f, i) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Obst 	Gemüse-Kartoffel-Ragout (Brokkoli, Blumenkohl, Karotte, Kürbis, Erbse) in Sahnesoße (a, a1, g) dazu Weißkraut-Zucchini-Salat 	Veg. Möhreintopf (a, a1, f, g, i) mit Eierstichwürfeln (c) dazu Brötchen (a1, a2, f, g, j, k) und Bio-Obst  	Fischli (a, a1, d, f) mit Dillsoße (a, a1, f, g, i) und Gemüseris (i) dazu Schokopudding (g) 	Vegetarische Linsenbolognese (a, a1, g, i, h) mit Gabelspaghetti (a, a1, c, f, m) dazu Farmersalat (a) 



Guten Appetit wünscht das Menü Mobil Team!

Telefon: 036372/ 97680 Änderungen vorbehalten!

Alle Reisgerichte bestehen aus Parboiled Reis. Standardfett: Rapsöl.

