

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
04.12.2023 08.12.2023	M1 Buntes Hühnerfrikassee (a, a2, f, g, i) mit Reis und Obst	Putencurrywurst mit Tomaten-Curry-Soße (3, a, a1, g, i, j) und Kartoffelpüree (g) dazu hausgemachte Quarkspeise (g)	Reiseintopf mit Blumenkohl, Karotte, Erbse dazu Vollkornbrot (a, a1, g, i, j, k) und Obst	Seelachsfilet gebacken (a, a1, d) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g, i) und Vollkornreis dazu Farmersalat (a, a1)	Rührei (a, a1, c, g, h) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) und Kartoffeln
	M2 Quinoa-Erbsen-Frikadelle mit Paprikasoße (a, a1, g, i) dazu Kartoffeln und Obst	Vollkornnudeln (a, a1) mit cremiger Käse-Schnittlauch-Soße (3, a, a1, f, g) dazu hausgemachte Quarkspeise (g)	Quarkkeulchen (a, a1, g) mit Vanillesoße (1, a, a1, a2, g)	Vegetarisches Chili sin Carne (a, a1, g, i) mit Kidneybohnen, Tomate, Mais und Möhre dazu Vollkornreis (i) und Farmersalat (a, a1)	Bio-Nudeln (a, a1, c, f, j, k, m) mit einer Tomaten-Paprikasoße (a, g, i, j) dazu Weißkraut-Paprika-Salat
11.12.2023 15.12.2023	M1 Gedünstete Hähnchenbrust mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Couscous (a, a1, g) dazu Apfel-Zimt-Kompott (2)	Gabelspaghetti (a, a1, c, f, j, k, m) mit Bolognese (B, c, a, g, i, j) und Käse (g) dazu Mixsalat und Hausdressing (a)	Spätzle-Gemüse-Eintopf mit Brokkoli, Blumenkohl und Karotte in Rahm (a, c, g, i, j) dazu Körnerbrot (a, a1, a2, k) und Vanillepudding (g)	Gebratenes Fischstäbchen mit einer Kräuter-Sahne-Soße (a, a1, g, i) dazu Kartoffelpüree (g) und Karottensalat mit Kürbiskernen	Buntes Eierfrikassee mit Erbsen und Möhren (a, a2, c, f, g, i, j) dazu Salzkartoffeln und Rotkohlsalat
	M2 Grießbrei (a, a1, g) mit Zimt und Zucker dazu Apfel-Zimt-Kompott (2)	Rote-Bete-Medaillons (a, a1, c, i) mit Schnittlauchsoße (a, i, g) und Salzkartoffeln dazu Mixsalat und Hausdressing (a)	Vollkornnudeln (a, a1) mit Spinat-Rahmsoße (a, a1, g, i) dazu Vanillepudding (g)	Bunte Nudeln (a1, c, f, j, k, m) mit Tomaten-Mozzarella-Soße (a1, g, i) dazu Karottensalat mit Kürbiskernen	Blumenkohl-Knusperstern (a1, a, c, g) mit einer Kräuter-Rahm-Soße (a, g, i, j) und Salzkartoffeln dazu Rotkohlsalat
18.12.2023 22.12.2023	M1 Erbseintopf mit Kartoffelwürfeln, Sellerie und Möhre (a, g, i, j) mit Wiener (B, 6, a, i, j, g) dazu Vollkornbrot (a, a1) und Obst	Schweinegulasch (2, 4, B, a, a1, g, i, j) mit Kartoffelklößen und hausgemachten Fruchtjoghurt (g)	Hefeklöße (a, a1, c) mit einer fruchtigen Erdbeer-Kirsch-Soße (3, a, a1, a2, g)	Eipatty (a, a1, c, g, h) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) und Kartoffeln	Reiseintopf mit Parboiled-Reis, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Porree, Sellerie, Blumenkohl (a, i) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k) und Obst
	M2 Gemüsefrikadelle paniert aus Karotten, Erbsen, Kohlrabi (a1, a3, c, f, g, h) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g) und Kartoffeln	Gemüsefrikassee (a1, c, f, g) (Karotten, Erbsen, Mais, Blumenkohl) mit Vollkornreis (i) und hausgemachten Fruchtjoghurt (g)	Bio-Nudeln (a, a1, c) mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Weißkraut-Zucchini-Salat		
25.12.2023 29.12.2023	Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr !				



Guten Appetit wünscht das Menü Mobil Team!

Telefon: 036372/ 97680 Änderungen vorbehalten!

Alle Reisgerichte bestehen aus Parboiled Reis. Standardfett: Rapsöl.

