

# Menu 08-10.11.21



	Montag 1235kcal	Dienstag 1112kcal	Mittwoch 1165 kcal		
<b>FRÜHSTÜCK</b>	CORNFLAKES AUF MILCH 150ML MISCHBROT MIT GEKOCHTEM SCHINKEN, KÄSE, EI UND SCHNITTLAUCHPASTE 2 STÜCK BUNTES GEMÜSE, FRÜCHTETEE OHNE ZUCKER 200ML	NATÜRLICHER KAKAO AUF MILCH 150 ML GEBACKENE EIER MIT SCHINKEN, MISCHBROT, NATÜRLICHER HONIG BUNTES GEMÜSE ZUCKERFREIER KRÄUTERTEE 200ML	HAFERFLOCKEN AUF MILCH 150 ML MISCHBROT MIT MAKRELENPASTE MIT LAUCHPASTETE EIGENER GEBACKENER GEFLÜGELSCHINKEN A 2 STÜCK BUNTES GEMÜSE ZITRONENTEE 200 ML		
<b>ZWEITES FRÜHSTÜCK</b>	BUNTES OBST	BUNTES OBST	BUNTES OBST		
<b>SUPPE</b>	Sauerampfersuppe mit Ei 250 ML	Tomatensuppe mit Buchweizen 250ML	Gurkensuppe mit Dill		
<b>HAUPTGERICHT</b>	Rindergulasch mit frischem Gemüse - Zucchini, Zwiebeln, Karotten, grüne Erbsen; Bulgurgrütze ; Essiggurkensalat mit cremiger Senfsauce  Kompott	Hähnchenschenkel in Rosmarin gebraten ; Kartoffelpüree ; Mizzerria mit Naturjoghurt  Kompott	Putenfilet mit Tzatziki-Sauce Gedämpfter Reis Gekochter Mais  Kompott		
<b>VESPER</b>	Brötchen mit zuckerfreier Marmelade	Vanillepudding mit Himbeermousse	Vanillekäse mit Sultaninen und Geleewürfeln		