

Essensplan: 30.06.-04.07.2025 	Hauptgericht 	Nachspeise 	
Montag	Linsen-Mango-Curry mit roten Linsen, Mango und Kokosmilch, Vollkornreis	Milchreis ^g g	
Dienstag	BIO-Spaghetti ^{a,a1} , vegane Bolognese aus Sojakonzentrat ^{f,i} a,a1,f,i	Blattsalatbeilage aus Eisberg, Lollo Rosso und Lollo Bionda, Joghurtdressing ^g g	
Mittwoch	BIO-Polenta-Käse-Knusperschnitzel ^{f,i,j} , Kräuterquark ^g , Salzkartoffeln f,g,i,j	Quarkspeise mit Himbeeren ^{g,h} g,h	
Donnerstag	Cevapcici aus reinem Geflügelfleisch ^{a,a1} , Aivar-Sauce ^{a,a1,g} , Vollkornreis, Weißkrautsalat a,a1,g	Frisches Obst	
Freitag	BIO-Kartoffelpuffer aus BIO-Kartoffelraspeln ^{a,a1,c,3} , Apfelmus a,a1,c,3	Wassermelone	

