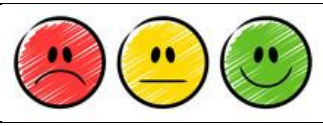
Essensplan: 09.11.-13.11.2026	Hauptgericht	Nachtisch	
Montag	Linsen - Bolognese mit Zucchini und BIO-Möhren a,a1,i, Vollkorn-Spirellis a,a1 a,a1,i	Dessertcreme Apfelkuchen g g	
Dienstag	1 x Dinkel Frikadelle vegetarisch aus Soja + Dinkel a,a1,a5,c,f, Kräuterrahmsauce a,a1,g, Sauerkraut mit Ananas a,a1, Kartoffelpüree g a,a1,a5,c,f,g	Rohkost Möhren, Gurke, Kohlrabi	
Mittwoch	Maccaroni-Nudelauflauf mit Mozzarella überbacken a,a1,g, Tomaten-Soße mit BIO-Tomaten-Würfel a,a1,g	Quarkspeise mit Brombeeren g g	
Donnerstag	1 x MSC Fischfrikadelle aus Alaska-Seelachsfilet -paniert- a,a1,d,g,j, Kartoffel-Kürbis-Stampf g a,a1,d,g,j	Quarkspeise mit Brombeeren g g	
Freitag	1 x MSC Fischfrikadelle aus Alaska-Seelachsfilet -paniert- a,a1,d,g,j, Kartoffel-Kürbis-Stampf g a,a1,d,g,j	Milchpudding Butterkeks a,a1,g a,a1,g	