


Essensplan: 19.01-22.01.2026	Hauptgericht	Nachtisch	
Montag	Möhreneintopf aus BIO-Möhren mit Knollensellerie und Kartoffeleinlage aus regionalem Anbau ^{g,i} , Baguette ^{a,a1} a,a1,g,i	Dessert Becher Frucht dessert Waldfrucht ohne Kühlung haltbar ^g g	
Dienstag	Kartoffel-Gratin- gegarte Kartoffelscheiben mit Bechamelsauce und Käse ^g , Leipziger Allerlei, aus Pariser Karotten, feine Erbsen und Spargelstücken in Sahnesauce ^{a,a1,g} a,a1,c,g	Salatplatte mit Tomate, Gurke, Eisberg, Möhren, Joghurt-Dressing mit Tomaten ^{g,i} g,i	
Mittwoch	3 x Nürnberger Würstchen ^{3,8} , Sauerkraut mit Ananas ^{a,a1} , Kartoffelpüree ^g a,a1,g,3,8	frisches Obst	
Donnerstag	BIO-Penne-Nudeln ^a , Sauce mit BIO- Spinat, Frischkäse und Sahne ^{a,a1,g,7} a,a1,g	Dessert Becher Frucht dessert Waldfrucht ohne Kühlung haltbar ^g g	
Freitag	MSC Alaska Seelachsfilet mit mediterranen Kräutern - unpaniert - ^d , tomatiges Zucchini-Paprika-Gemüse mit Kichererbsen, Vollkornreis d	Panna Cotta Dessert ^g g	