

Guten Appetit!

Montag

Bio-Vollkorn-Penne^{a1}
mit Tomaten-
Mozzarella-Soße^f

Obst

Dienstag

Knabbergemüse

Eierragout^{a1,b,f,i} mit
Möhren und Erbsen,

dazu Bio-Naturreis

Mittwoch

Blumenkohl-
Kartoffel-Auflauf^{a1,f}

Obst

Donnerstag

Eisbergsalat mit
Paprika und Tomate

Wildlachs-Zitronen-
Kräutersoße^{a1,c,f},

dazu Bio-Vollkorn-
Spirelli^{a1}

Freitag

Kartoffelsuppe^h
(Bio-Kartoffeln,
Möhren, Lauch),
dazu
Vollkornbrot^{a1,a2,a3,j}

Grießbrei ^{a1,f} mit
Pflaumensoße

Ali Apfel & Berta Birne
und wünschen Euch:
Einen guten Appetit!



Änderungen vorbehalten!