

Abgabetermin:

Di	1.7	1 Chicken Nuggets, bio Kartoffeln ,Sauce Hollandaise Broccoli. (5,7,A 1,C,E,G)	2 Schweinegeschnetzeltes mit bio Reis (A 1,G,S,v)	3 veg. Chili con carne mit Brötchen (A 1)	
Mi	2.7	1 Tomaten- Nudelauf (bio Nudeln) mit Käse überbacken (A 1,G,v)	2 Linseneintopf mit Brötchen u. Spätzle (A 1,C)	3 Blumenkohlkäse - Medallions mit Bio Kartoffeln u. Sauce (A 1,C,G)	
Do	3.7	1 Frikadelle mit Maisgemüse sour cream u.bio Schwenkkartoffeln (14,A 1,C,G,Ge)	2 Gulasch mit bio Nudeln,Salat. (A 1,R,v)	3 Bulgur (bio) Gemüse Pfanne mit,Schafskäse,Paprika,Zucchini ,Fladenbrot. (A 1,G)	
Fr	4.7	1 Hot dog mit Pommes frites auch Vegtarisch. (15,8,A 1,C,G,Ge)	2 Zwiebelkartoffel Püree mit gebratenen Fisch u. bio Karottengemüse , Salat. (D,G)	3	

Mo	7.7	1 Backfisch mi bio Reis u. Tomatensauce mit Gemüse (14,A 1,C,D,G)	2 Bio Broccoli - Bio Vollkornnudel - Auflauf. (13,14,A 1,G,S,v)	3 Bio Kartoffelspalten mit Gemüse Ragout (A 1,G,I,v)	
Di	8.7	1 Putenschnitzel mit Maisgemüse, bio Reis u. Sauce (14,A 1,C,v)	2 Königsberger Klopse mit bio Kartoffeln (A 1,C,G,R)	3 Koreanische Gemüse Pfannkuchen mit Sweet Chili sauce (A 1)	
Mi	9.7	1 Hühnerfrikassee mit bio Reis (A 1,G,v)	2 Eier mit Senfsauce u. bio Kartoffeln (7,a,A 1,C,G)	3 Bio Vollkornnudeln mit Käsesauce u. Salat (A 1,G,v)	
Do	10.7	1 Spirelli- Topf mit Rinder Hackfleisch, Nudeln. (A 1,G,R)	2 Lasagne (bio) mit vegtarischer Bolognese u. Salat. (A 1,G,v)	3 Gemischter Salat mit Ei, Käse u.Baguette (15,A 1,G)	
Fr	11.7	1 Hamburger mit Pommes Frites (14,15,7,A 1,C,Ge)	2 Spanische Fischpfanne mit bio Reis (14,A 1,D,G)	3	

Mo	14.7	1 Bio Spaghetti mit Bolognese aus Rindfleisch. (A 1,G,R,v)	2 Bio Kartoffel, Gratin mit Käse überbacken Gemüse u. Salat. (G)	3 BioSpaghetti mit vegtarischer Bolognese (Bio Getreide) (A 1,G,v)	
Di	15.7	1 Tortellini Auflauf mit Tomtensauce u, Gemüse. (A 1,C,G)	2 Hühnereintopf mit Bio Kartoffeln u. Brötchen. (A 1)	3 Falafe mit Salat u. Brotl , Dattelfrem mit Dressing. (15,A 1,G)	
Mi	16.7	1 Milchreis mit Kirschen, Zimt u. Zucker (15,G)	2 Tomaten Mozzarella Burger ,Joghurt, Dressing, Kartoffelspalten mit Rosmarin. (15,A 1,C,E,G,K,X)	3 Bio Nudel, Zucchini Auflauf mit Käse Überbacken , mit Tomatensauce. (A 1,C,G,v)	
Do	17.7	1 Hähnchengeschnetzeltes mit Paprikasoße u.bio Nudeln, Gemüse. (15,A 1,G)	2 Bio Couscous, Salat u.Joghurtsauce. Warps. (A 1,F,G,K,X)	3 Rote Linsen - Gemüse Eintopf mit Brötchen (15,I)	
Fr	18.7	1 Pizza mit Salami mit Gelügel (A 1,G)	2 Pizza mit Thunfisch (A 1,D)	3 Pizza Magherita mit Tomatensauce u. Käse (A 1,G)	

Mo	21.7	1 Frikadelle mit Country frites , Sour crem , Mais. (14,15,A 1,C,G,Ge)	2 Tagliatelle - Tomatenauf (A 1,C,G)	3 Gemüsebratling mit bio Gedreide Kartoffelpüree u. Kräutersauce. (14,A 1,C,G,I,v)	
Di	22.7	1 Tortellini veg. mit Käsesauce,Erbesen Gemüse. (A 1,C,G)	2 Sükartoffel - Curry mit Kichererbsen u. Reis (15)	3 Türkischer Salat aus bio Bulgur mit Brötchen (15,A 1)	
Mi	23.7	1 Putengeschnetzeltes mit Käsesauce, bio Nudeln u.Gemüse (A 1,G,v)	2 Mexikanischer Maistopf mit Reis u. Bohnen, Schweinefleisch (S)	3 Indisches Linsen Gericht mit Curry. (a)	
Do	24.7	1 Wikinger Topf mit Gefügelhackklößen mit gestovtem Gemüse u. bio Kartoffeln. (A 1,C,G)	2 Wurstgulasch (Geflügel) mit bio Vollkornnudeln, Salat. (13,A 1,C,G,Ge,v)	3 Blumenkohl überbacken mit bio Kartoffeln (A 1,G,v)	
Fr	25.7	1 Currywurst(Geflügel) mit Pommes frites u.Ketchup u. Mayo (15,C,G,Ge)	2 Fisch Curry mit bio Reis . (D,G)	3	

Vor- u. Zuname des Kindes

Essenswunsch

Klasse

 Unterschrift des Erziehungsberechtigten
 Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes

Abgabetermin: _____

Essen in der letzten Spalte eintragen (also 1,2 oder 3)

Mo	28.7		
Di	29.7		
Mi	30.7		
Do	31.7		

- 1 Konservierungsstoffe

15 Zuckerarten u. Süßungsmittel

7 Süßungsmittel

A1 Getreide

D Fisch

Ge Geflügel

K Sesamsamen

R Rindfleisch
- 11 Koffeinhaltig

2 Geschwefelt

8 enth. eine Phenylalaninquelle (Aspartam)

B Krebstiere

E Erdnüsse

H3 Wallnüsse

L Schwefeldioxid Sulfit

S Schweinefleisch
- 13 Antioxidationsmittel

5 Farbstoffe

9 kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken

Bi DE ÖKÖ 037

F Soja

I Sellerie

M Lupinen

v Vollkorn
- 14 Geschmacksverstärker

6 Phosphat

a Senfsaat

C Ei/ Eiweiß

G Milchprodukte

J Senf

N Weichtiere

X Alle Gerichte können in Spuren Gluten enthalten

Vor- u. Zuname des Kindes

Essenswunsch

Klasse

Unterschrift des Erziehungsberechtigten
Hiermit bestätige ich die Essensbestellung meines Kindes