

Wo	Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.10. bis 04.10.2019	A		Gemüseauflauf (Möhren, Zucchini, Mais, Nudeln) mit Weißkäse und Goudakäse überbacken, dazu Tomaten-Basilikum-Soße und Tomaten-Gurken-Salat (aw, uw, am)	Gebackene Frühlingssrollen (Sprossen, Weißkohl, Möhren) auf pikantem Chinagemüse mit Porree, Bambussprossen, Paprika und Bio-Reis, dazu Pflaume	Feiertag	Bio-Vegetarischer Möhreintopf mit Kartoffeln und Wurzelgemüse (Sellerie, Porree, Möhren), dazu Bio-Vollkornbrot und Apfel (aw, uw, nr, bc)
	B (DGE)		Putenbruststeak auf Ratatouillegemüse (Paprika, Zwiebeln, Tomaten) mit Bio-Couscous, dazu Heidelbeerrahm (aw, uw, am, G)	Eierragout mit Möhren, Erbsen, Mais in Senfsoße und Salzkartoffeln, dazu Gurkensalat mit Sauerrahm (aw, uw, ae, am, bm)	Feiertag	Gebatenes Hokifischfilet mit Zitronen-Butter-Soße auf Erbsengemüse und Vollkornreis, dazu Apfel (aw, uw, af, am, F)
	C		Kesselgulasch "Ungarische Art" (Rind) mit Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln, dazu Bio-Vollkornbrot und Banane (aw, uw, nr, R)	Kartoffeln mediterran (Kräutern, Paprika, Zucchini) mit Tzatzki Dip und Gurkensalat mit Sauerrahm (am)	Feiertag	Ferien
	Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.					
07.10. bis 11.10.2019	A	Tortellini mit Spinat-Käse-Füllung mit fruchtiger Tomatensoße und Weißkraut-Karotten-Salat (aw, uw, ae, am, bc)	Kartoffeltaschen mit Kräuterfrischkäse gefüllt auf Möhren-Kohlrabi-Gemüse in Petersiliensoße und Kartoffelbrei, dazu Birne (aw, uw, am, ae)	Falafel (Kichererbsenballchen) auf Ratatouillegemüse (Paprika, Tomaten, Auberginen), Tomatensoße und Parboiled Reis, dazu Karotten-Bohnen-Mais-Salat (3. aw, uw, am, bc)	Bunte Nudeln (Rohrnudeln Tricolore) und Schnittlauch-Käse-Soße, dazu Weißkraut-Paprika-Mais-Salat (aw, uw, am)	Bio-Grüne Bohneneintopf mit Kartoffeln und Wurzelgemüse (Sellerie, Porree, Möhren), dazu Bio-Vollkornbrot und Pflaume (aw, nr, bc)
	B (DGE)	Gebratener Sesam-Karotten-Stick mit Kräutersoße auf Bio-Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln, dazu Kiwi (aw, uw, as, am, bc)	Gulasch vom Rind (Paprika, Mais, Tomaten) mit Bio-grüne Bohnengemüse und Kartoffelbrei, dazu Kirschquark (aw, uw, am, bc, R)	Grießbrei mit Kirschoße, dazu Bio-Gemüsecremesuppe (Vorsuppe) und Paprikasticks (aw, uw, am, bc)	Hühnerfrikassee mit Erbsen/Möhren und Vollkornreis, dazu Banane (aw, uw, am, G)	Thunfisch in Tomatensoße mit Spaghetti (Nudeln), dazu Gurkensalat (aw, uw, af, F)
	C	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.					
14.10. bis 18.10.2019	A	Gabelspaghetti mit Tomaten-Frischkäse-Soße , dazu Wachbohnenalat (aw, uw, am)	Gemüse-Kottbullar (Gemüseballchen) auf Möhrengemüse mit Petersilienkartoffeln, dazu Banane (aw, uw, am)	Gebackene Rote Beete-Puffer mit Schnittlauchsoße und Bio-Gemüse-Couscous (Erbsen, Mais und Paprika), dazu Joghurt mit Honig (aw, uw, am, bc)	Makkaroni (Nudeln) mit Käse und Gemüesoße (Brokkoli, Möhren, Blumenkohl), dazu Rotkraut-Ananas-Salat (aw, uw, am)	Zart-Weizen-Ebly mit buntem Gemüsemix (Tomaten, Paprika, Möhren) und Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Gurken-Radieschen-Salat (aw, uw, am, bc, au)
	B (DGE)	Bio-Gemüseintopf "Mecklenburger Art" mit Sellerie, Porree, Erbsen, Möhren, Bohnen, dazu Bio-Vollkornbrot und Puddingcreme Vanilleschmack (aw, nr, am, bc)	Gebackene Hähnchenkeule in Geflügelsoße mit Bio-Erbsengemüse und Salzkartoffeln, dazu Banane (aw, uw, am, G)	Eieromelett auf Blattspinat mit Kartoffelbrei, dazu Kiwi (aw, uw, ae, am)	Gulasch vom Lamm mit Zucchini, Zwiebeln und Tomaten mit Bio-Bulgurweizen, dazu Rotkraut-Ananas-Salat (aw, uw, am, bc, X, R)	Frikadelle vom MSC Alaska Seelachs mit Soße "Spreewälder Art" (Porree, Sellerie, Möhren) und Salzkartoffeln, dazu Gurken-Radieschen-Salat (3. aw, uw, am, bc)
	C	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.					
21.10. bis 25.10.2019	A	Gebratenes Spinatmedaillon mit Käsesoße und Kartoffelbrei, dazu Birne (aw, uw, gs, ae, am, bc)	Kürbis-Kartoffel-Suppe mit Porree, Sellerie und Möhren, dazu Laugenbrötchen und Banane (bm, bc)	Bunte Gemüsepflanze mit Zucchini, Paprika, Tomaten, Möhren in Kräutersoße und Bio-Spirelli (Nudeln), dazu Joghurt mit Schokoreis (aw, uw, gb, am)	Brüheissuppentopf mit Sellerie, Porree, Erbsen, Möhren, dazu Malzbrötchen und Kirschquarkspeise (aw, uw, nr, gb, as, av, am, bc)	Bio-Makkaroni (Nudeln) mit fruchtiger Tomatensoße, Reibekäse und Karotten-Bohnen-Mais-Salat (3. aw, uw, am)
	B (DGE)	Kräuterquark mit Salzkartoffeln, dazu Bohnen-Paprika-Salat (am)	Mini-Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Bio-Erbsen und Semmelknödelscheiben, dazu Banane (aw, uw, ae, am, bm, R)	Kartoffelpuffer mit Apfelkompott und Gurkensticks (3. aw, uw, ae)	Hähnchenbrust auf Gemüse (Paprika, Zucchini, Möhren) in Currycremesoße und Vollkornreis, dazu Kirschquarkspeise (aw, uw, am, G)	Bismarck Heringsfilet in Joghurt-Quark-Dill-Soße mit Äpfeln/Zwiebeln und Salzkartoffeln, dazu Apfel und Karotten-Bohnen-Mais-Salat (1. 3. 5. ae, af, am, bm, F)
	C	weiße Bohneneintopf mit Kartoffeln und Wurzelgemüse (Sellerie, Porree, Möhren), dazu Bio-Vollkornbrot und Birne (aw, nr, bc)	"Bolognese" - Tomaten-Hackfleisch-Soße vom Schwein (Tomate, Sellerie, Porree) mit Bio-Spaghetti, dazu Weißkraut-Gurken-Salat (aw, uw, bc, S, R)	Gebratenes Crispy Seelachsfilet mit Spreewälder Gemüesoße (Sellerie, Porree, Möhren) und Kartoffelbrei, dazu Joghurt mit Schokoreis (3. aw, uw, af, gb)	Szegediner Gulasch vom Schwein (Sauerkraut, Paprika, Tomaten) mit Semmelknödelscheiben, dazu Kiwi (aw, uw, ae, am, S, R)	vegetarische Paprikaschote mit fruchtiger Tomatensoße und Bio-Parboiled Reis, dazu Apfel (aw, uw, bm, bc)
	Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.					
28.10. bis 31.10.2019	A	Kartoffelkesselgulasch (Kartoffeln, Paprika, Tomate), dazu Malzkornbrötchen und Apfel (aw, uw, nr, gb, as, ay, am)	Buntes Pfannengemüse mit Couscous (Möhren, Erbsen, Mais) und Petersiliensoße, dazu Birne (aw, uw, am)	Panierter Blumenkohl-Käse-Stern auf Möhrenmixgemüse, Salzkartoffeln und Kräutersoße, dazu Kiwi (aw, uw, ae, am, bc)	Asia-Gemüse-Teller (Möhre, Bohnen, Sprossen) mit Basmati-Reis, dazu Apfel (aw, uw, am)	
	B (DGE)	Gekochte Eier in Senfsoße und Salzkartoffeln, dazu Bohnensalat und Apfel (aw, uw, ae, am, bm)	Rindergeschnetzeltes mit Paprika, Apfelrotkohl und Spätzle, dazu Birne (3. aw, uw, ae, am, R)	Gemüsebolognese (Tomaten, Sellerie, Möhren) mit Bio-Vollkornnudeln und Reibekäse, dazu Weißkrautsalat (aw, uw, am, bc)	Schweinerückenbraten in Bratensoße mit Erbsen und Salzkartoffeln, dazu Birnenquark (3. aw, uw, am, bm, S, R)	
	C	Bio-Brokkoliröschen in Käsesoße mit Kartoffelbrei, dazu Apfel (aw, uw, am, bc)	Panierter Schweinelachsschnitzel mit Bio-Erbsengemüse, holländische Soße und Kartoffelbrei, dazu Birne (aw, uw, gb, ae, av, am, bm, bc, S)	Vegetarischer Wirsingkohleintopf , dazu Brötchen und Kiwi (aw, uw, gb, bc)	Geschmortes Putenfleisch-Gyros mit Zwiebeln, Paprika und Bio-Parboiled Reis, dazu Apfel (aw, uw, bc, G)	
	Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.					