

Wo	Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.12. bis 06.12.2019	A	<b>Tortellini mit Spinat-Käse-Füllung</b> und fruchtiger Tomatensoße, dazu Kiwi (aw, uw, ae, am ) Energie pro Portion: 1559 kJ, 370 kcal	<b>Reis-Gemüse-Pfanne</b> (Erbsen, Paprika, Mais, Möhren) mit Paprikacremesoße, dazu Kirschquark (aw, uw, am)	<b>Falafel</b> (Kichererbsenbällchen) auf <b>Ratatouillegemüse</b> (Paprika, Tomaten, Auberginen), Tomatensoße und <b>Parboiled Reis</b> , dazu <b>Karottensalat</b> (aw, uw, bc)	<b>Bunte Nudeln</b> (Rohrennudeln Tricolore) und Schnittlauch-Käse-Soße, dazu Weißkraut-Paprika-Mais-Salat (aw, uw, am)	<b>Bio-Grüne Bohneneintopf</b> mit Kartoffeln und Wurzelgemüse (Sellerie, Porree, Möhren), dazu <b>Bio-Vollkornbrot</b> und <b>Schokopudding</b> (aw, nr, av, am, bc)
	B (DGE)	<b>Gebratener Sesam-Karotten-Stick</b> mit Kräutersoße auf <b>Bio-Blumenkohl</b> gemüse und Salzkartoffeln, dazu Kiwi (aw, uw, as, am, bc) Energie pro Portion: 1991 kJ, 455 kcal	<b>Gulasch vom Rind</b> (Paprika, Mais, Tomaten) mit <b>Bio-grüne Bohnengemüse</b> und Nudeln, dazu Kirschquark (aw, uw, am, bc, R)	<b>Grießbrei</b> mit Kirschoße, dazu <b>Bio-Gemüsecremesuppe</b> (Vorsuppe) und Paprikasticks (aw, uw, am, bc)	<b>Hühnerfrikassee</b> mit Erbsen/Möhren und Vollkornreis, dazu Clementine (aw, uw, am, G)	<b>Thunfisch in Tomatensoße</b> mit Spaghetti (Nudeln), dazu Gurkensalat (aw, uw, af, F)
	C	<b>Kartoffeltasche mit Kräuterfrischkäse gefüllt</b> auf Möhren-Kohlrabi-Gemüse in Petersiliensoße und Kartoffelbrei, dazu Kiwi (aw, uw, am) Energie pro Portion: 1595 kJ, 380 kcal	<b>Gelbe Erbseneintopf</b> mit Kasslerwürfel (Sellerie, Porree, Möhren), dazu <b>Bio-Vollkornbrot</b> und Kirschquark (3, aw, uw, nr, am, bc, 15, S)	<b>Herzhafte Schmorkohlsoße</b> mit Salzkartoffeln, dazu Karottensalat (aw, uw, bm)	<b>Bratwurst</b> vom Schwein auf <b>Bio-Möhrengemüse</b> und Kartoffelbrei, dazu Clementine ( am, bc, bm, S)	<b>Gebratene Broccoli-Nuggets</b> auf Blumenkohl in holländischer Soße und Kartoffelbrei mit Kräutern, dazu Schokopudding (aw, uw, gb, ae, af, am, bc) Energie pro Portion: 2889 kJ, 689 kcal
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschbar könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
09.12. bis 13.12.2019	A	<b>Gemüse-Köttbullar</b> (Bällchen) auf Möhrengemüse mit Salzkartoffeln, dazu Apfel (aw, uw, ae, am) Energie pro Portion: 1525 kJ, 363 kcal	<b>Gabelspaghetti</b> mit Tomaten-Frischkäse-Soße, dazu Zitronenquark (aw, uw, am)	<b>Vegetarischer Wirsingkohleintopf</b> , dazu Brötchen und Kiwi (aw, uw, gb, bc)	<b>Makkaroni (Nudeln) mit Käse</b> und Gemüesoße (Brokkoli, Möhren, Blumenkohl), dazu Rotkraut-Ananas-Salat (aw, uw, am)	<b>Zart-Weizen-Ebly mit buntem Gemüsemix</b> (Tomaten, Paprika, Möhren) und Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Gurkensalat mit Sauerrahm (aw, uw, am, bc)
	B (DGE)	<b>Bio-Gemüseintopf "Mecklenburger Art"</b> mit Sellerie, Porree, Erbsen, Möhren, Bohnen, dazu <b>Bio-Vollkornbrot</b> und <b>Puddingcreme Vanilleschmack</b> (aw, nr, am, bc) Energie pro Portion: 1814 kJ, 432 kcal	<b>Putenbrust (natur)</b> in Geflügelsoße mit <b>Bio-Erbsengemüse</b> und Salzkartoffeln, dazu Banane (aw, uw, am, G)	<b>Eieromelett auf Rahmspinat</b> mit Salzkartoffeln, dazu Joghurt mit Honig (aw, uw, ae, am)	<b>Gulasch vom Lamm</b> mit Zucchini, Zwiebeln, Tomaten und <b>Bio-Bulgurweizen</b> , dazu Rotkraut-Ananas-Salat und <b>Apfel</b> (aw, uw, am, bc, R)	<b>Frikadelle vom MSC Alaska Seelachs</b> mit Soße "Spreewälder Art" (Porree, Sellerie, Möhren) und <b>Parboiled Reis</b> , dazu Gurkensalat mit Sauerrahm (3, aw, uw, am, bc)
	C	<b>Kartoffelgnocchipfanne</b> mit Kaisergemüse (Brokkoli, Blumenkohl, Möhren) und Tomatensoße, dazu Apfel (aw, uw, ae, am) Energie pro Portion: 2540 kJ, 606 kcal	<b>Soljanka</b> mit Schweinefleisch, Gurken, Paprika, Zwiebeln, dazu Sauerrahm-Dip, Kaiserbrötchen und Zitronenquark (3, aw, uw, gb, am, bm, 15, S, R)	<b>Gebackene Rote Beete Puffer</b> mit Schnittlauchsoße und <b>Bio-Gemüsecouscous</b> (Erbsen, Karotten, Paprika), dazu <b>Joghurt mit Honig</b> (aw, uw, am, bc)	<b>Rindfleisch-Reis-Pfanne</b> mit Tomaten-Paprika-Gemüse und Tomatensoße, dazu Rotkraut-Ananas-Salat (R)	<b>Spirelli-Auflauf (Nudeln)</b> mit Champignons, Brokkoli, Möhren mit Goudakäse überbacken und Kräutersoße, dazu Gurkensalat mit Sauerrahm (aw, uw, ae, am) Energie pro Portion: 1479 kJ, 353 kcal
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschbar könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
16.12. bis 20.12.2019	A	<b>Gebratenes Spinatmedaillon</b> mit Kasesoße und Kartoffelbrei, dazu Weißkraut-Paprika-Salat (aw, uw, gs, ae, am, bc) Energie pro Portion: 1777 kJ, 423 kcal	<b>Brüheissuppentopf</b> mit Sellerie, Porree, Erbsen, Möhren, dazu Malzbrötchen und Vanillequark (aw, uw, nr, gb, as, av, am, bc)	<b>Bunte Gemüsepfanne</b> mit Zucchini, Paprika, Tomaten, Möhren in Kräutersoße und <b>Bio-Spirelli (Nudeln)</b> , dazu <b>Apfelkompott</b> (aw, uw, am)	<b>Kurbis-Kartoffel-Suppe</b> mit Porree, Sellerie und Möhren, dazu Laugenbrötchen und Vanillepudding (am, bm, bc)	<b>Bio-Makkaroni (Nudeln)</b> mit fruchtiger Tomatensoße, Reibekäse und Gurkensalat (aw, uw, am)
	B (DGE)	<b>Kräuterquark</b> mit Salzkartoffeln, dazu Weißkraut-Paprika-Salat (am) Energie pro Portion: 1456 kJ, 347 kcal	<b>Mini-Rindfleischfrikadellen</b> in Bratensoße mit <b>Bio-Erbsen</b> und Salzkartoffeln, dazu Clementine ( aw, uw, ae, bm, R)	<b>Gebackene Kartoffelrösti</b> mit Apfelkompott, dazu Gurkensticks (3)	<b>Hähnchenbrust</b> auf Gemüse (Paprika, Zucchini, Möhren) in Currycremesoße und Vollkornreis, dazu Vanillepudding (aw, uw, am, G)	<b>Wildlachspfanne</b> mit Tomate, Paprika, Zucchini und Rosmarinkartoffeln, dazu Apfel (aw, uw, af, F)
	C	<b>Vegetarischer weiße Bohneneintopf</b> mit Kartoffeln und Wurzelgemüse (Sellerie, Porree, Möhren), dazu <b>Bio-Vollkornbrot</b> und Birne (aw, nr, bc) Energie pro Portion: 1957 kJ, 467 kcal	<b>Szegediner Gulasch</b> vom Schwein (Sauerkraut, Paprika, Tomate) mit Salzkartoffeln, dazu Clementine (aw, uw, S, R)	<b>Gebratenes Crispy Seelachsfilet</b> mit Spreewälder Gemüesoße (Sellerie, Porree, Möhren) und Kartoffelbrei, dazu <b>Apfelkompott</b> (3, aw, uw, af, am, bc, au, F)	<b>"Bolognese" - Tomaten-Hackfleisch-Soße</b> vom Rind (Tomate, Sellerie, Porree) mit <b>Bio-Spaghetti</b> , dazu <b>Rotkrautsalat</b> (aw, uw, bc, R)	<b>Kein Angebot</b>
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschbar könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
23.12. bis 27.12.2019	A	<b>Kartoffelkessulgulasch</b> (Kartoffeln, Paprika, Tomaten), dazu Malzkornbrötchen und Apfel (aw, uw, nr, gb, as, ay, am) Energie pro Portion: 1768 kJ, 423 kcal	<b>Buntes Pfannengemüse mit Couscous</b> (Möhren, Erbsen, Mais) und Petersiliensoße, dazu Lebkuchenquark (aw, uw, am, ae, av)	<b>Weihnachtsfeiertag</b>	<b>Weihnachtsfeiertag</b>	<b>Bunte Nudeln</b> mit Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Birne (aw, uw) Energie pro Portion: 2015 kJ, 481 kcal
	B (DGE)	<b>Gekochte Eier in Senfsoße</b> und Salzkartoffeln, dazu Möhrengemüse und Apfel (aw, uw, ae, am, bm) Energie pro Portion: 1807 kJ, 432 kcal	<b>Rindergeschnetzeltes</b> mit Paprika, <b>Bio-Apfelrotkohl</b> und Spätzle, dazu Lebkuchenquark (aw, uw, ae, ay, am, R)	<b>Weihnachtsfeiertag</b>	<b>Weihnachtsfeiertag</b>	<b>Gedünstetes Alaska Seehechtfilet</b> in Petersiliencremesoße mit Balkangemüse (Erbsen, Bohnen, Mais) und <b>Vollkornreis</b> , dazu Birne (aw, uw, af, am, bc)
	C	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	<b>Weihnachtsfeiertag</b>	<b>Weihnachtsfeiertag</b>	<b>Ferien</b>
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschbar könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
30.12. bis 31.12.2019	A	<b>Vegetarischer Pichelsteiner Eintopf</b> mit Wurzelgemüse (Sellerie, Möhren, Porree), dazu <b>Bio-Vollkornbrot</b> und <b>Puddingcreme Vanilleschmack</b> (aw, nr, am, bc) Energie pro Portion: 1566 kJ, 374 kcal	<b>Gedünsteter Kohlrabi in Petersiliensoße</b> und Salzkartoffeln, dazu Naturjoghurt mit Honig (aw, uw, am)			
	B (DGE)	<b>Milchreis</b> mit Beerenfruchtssoße (Brombeeren, Heidelbeeren, Johannisbeeren), dazu <b>Bio-Brokkolicremesuppe</b> (Vorsuppe) und Weißkraut-Paprika- Energie pro Portion: 2244 kJ, 537 kcal	<b>Wurstgulasch</b> vom Schwein mit Tomaten, Zwiebeln und <b>Bio-Spirelli (Nudeln)</b> , dazu Karottensticks (3, 7, aw, uw, bm, bc, 15, S, R)			
	C	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>			
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschbar könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					