

Quinoa hat einen milden, nussigen Geschmack. Man kann ihn sowohl als Beilage wie Kartoffeln essen, in Salaten oder als Frühstücksbrei zubereiten.

11. KW	09.03.2026	Anzahl	10.03.2026	Anzahl	11.03.2026	Anzahl	12.03.2026	Anzahl	13.03.2026	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	Quinoa-Erbsen Bratling		Kartoffelcremesuppe (Lauch, Möhren, Sellerie)		Rinder Cevapcici		Erbseintopf (Sellerie, Möhre, Lauch)		Tintenfisch Ringe	
	helle Kräutersauce				Tzaziki				Zitronen-Knoblauch Mayonnaise	
	Curryreis		Weißbrotwürfel		Djuvecreis		Roggen-Vollkornbrot		Kartoffeln	
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)		Fladenbrot		Krautsalat (Öl&Essig)				Blattsalat	
Menü II vegetarisch	Bratkartoffeln		Kartoffel- Blumenkohlauflauf		Linsenbällchen		Nudelsalat (Eier, Gewürzgurke, Paprika, Mayonnaise)		Gnocchi-Spinatauflauf mit Tomatenwürfel	
	vegetarische Thymiansauce				Sauerrahmdip					
	Wirsing in Rahm		Möhrensalat (Öl&Essig)		Djuvecreis		vegetarische Bockwurst (Eiweiß)		Blattsalat	
					Krautsalat (Öl&Essig)		Ciabatta Brot			
Menü III	grüne Bandnudeln		Ravioli (Käsefüllung)		BIO Spaghetti		Girandole Nudeln		Orecchiette	
	Champignonrahmsauce						mediterrane Gemüsesauce (Tomaten, Zucchini, Paprika)		helle Broccolisauce	
	geriebener Hartkäse		Tomaten-Paprikasauce		gelbe Zuchinisauce		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		Blattsalat		Blattsalat	
Dessert	Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		Mandarinenquark		BIO Banane	
Salatsauce Auswahl							Americandressing		Americandressing	
							Frenchdressing		Frenchdressing	
							Italiandressing		Italiandressing	
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	