

ABRAXAS – Speiseplan Januar 2018 **Kita**



Mit Fleisch und Fisch		Veg. Alternative	und dazu gibt es:
01.01. Mo	Neujahr	Neujahr	Neujahr
02.01. Di	Bio-Spirelli ¹ mit Paprikasoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Kompott
03.01. Mi	Putengeschnetzeltes ^{1,3,7} , Bio-Reis, Knabbergemüse	Sojageschnetzeltes ^{1,3,4,7}	Mandarinen-Joghurt ³
04.01. Do	Backfisch ^{1,5} , Dillsoße ^{1,3,7} , Kartoffelpüree ³ , Knabbergemüse		Frisches Obst
05.01. Fr	Pastinaken-Eintopf ⁷ , Vollkornbrot ¹ , Knabbergemüse		Vanillepudding ³
08.01. Mo	Bio-Farfalle ¹ mit Rinderbolognesesoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse	Tofubolognesesoße ^{4,7}	Frisches Obst
09.01. Di	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung ^{1,2,3,7} , Gemüsesoße ^{1,7} , Knabbergemüse		Quarkcreme ³ mit Mangosoße
10.01. Mi	Hähnchenbrust (natur), Möhrenrahm ^{1,3,7} , Bio-Kartoffeln, Knabbergemüse	Milchschnitzel ^{1,2,3,7}	frisches Obst
11.01. Do	Seelachs mit Kräuterkruste ^{1,3,5} , Petersiliensoße ^{1,3,7} , Bio-Reis		Gurkensalat
12.01. Fr	Blumenkohleintopf ⁷ , Mehrkornbaguette ^{1,10} , Knabbergemüse		Eis ³
15.01. Mo	Bio-Spaghetti ¹ mit Kräuterkäsesoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Frisches Obst
16.01. Di	Rinderbulette ^{1,2,3} , grüne Bohnen, Kartoffelpüree ³ , Knabbergemüse	Veg. Hackbällchen ^{1,2,3,4}	Keks ^{1,2,3}
17.01. Mi	Fenchelcremesuppe ^{1,3,7} , Kaiserschmarrn ^{1,2,3} , Knabbergemüse		Apfelmus
18.01. Do	Seelachsfilet in milder Currysoße ^{1,3,5,7,8} , Bio-Reis		Möhren-Apfel-Salat
19.01. Fr	Linsensuppe ⁷ , Schrippe ¹ , Knabbergemüse		Frisches Obst
22.01. Mo	Tortellini mit Gemüsefüllung ^{1,2,3,7} , Tomatensoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Frisches Obst
23.01. Di	Bio-Kartoffeln mit Kräuterquark ^{3,7}		Gemischter Salat
24.01. Mi	Rindergulasch mit Paprika und Zwiebeln ^{1,3,7} , Bio-Spirelli ¹ , Knabbergemüse	Sojagulasch ^{1,3,4,7}	Stracciatella-Joghurt ³
25.01. Do	Seelachsfilet im Teigmantel ^{1,2,3,5} , Zitronensoße ^{1,3,7} , Bio-Kartoffeln, Knabbergemüse		Frisches Obst
26.01. Fr	Wirsingintopf mit Kichererbsen und Reiseinlage ^{3,7} , Knabbergemüse		Eis ³
29.01. Mo	Makkaroniauflauf ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Frisches Obst
30.01. Di	Geflügelbratwurst, Senfdip ^{3,8} , Rotkohl, Bio-Kartoffeln, Knabbergemüse	Veg. Bratwurst ^{1,2,3,7}	Frisches Obst
31.01. Mi	Brokkolicremesuppe ^{1,3,7} , Milchreis ³ mit Zimtucker, Knabbergemüse		Pflaumenkompott

Änderungen vorbehalten

DE-ÖKO-044

Unsere Beilagen Kartoffeln, Reis und Nudeln sind immer in Bio-Qualität.
Bei Nudelgerichten ist immer ein Vollkornanteil dabei.
Täglich gibt es Rohkost in Form von Salat, Knabbergemüse oder Obst.

Allergene: 1 Gluten 2 Ei 3 Milch (Laktose) 4 Soja 5 Fisch 6 Erdnüsse 7 Sellerie 8 Senf 9 Krebstiere
10 Sesam 11 Nüsse 12 Schwefeldioxid & Sulfite 13 Lupine 14 Weichtiere *Pute **Huhn ***Rind