

ABRAXAS – Speiseplan März 2019 **Kita**



	Mit Fleisch und Fisch	Veg. Alternative	und dazu gibt es:
01.03. Fr	Türkische Linsensuppe ^{3,7} , Fladenbrot ^{1,10} , Knabbergemüse		Schokoladenpudding ³
04.03. Mo	Bio-Spirelli ¹ mit Rinderbolognesesoße ^{1,7} , Reibekäse ³ , Knabbergemüse	Tofubolognesesoße ^{4,7}	Frisches Obst
05.03. Di	Putengeschnetzeltes ^{1,3,7} , Bio-Reis, Knabbergemüse	Sojageschnetzeltes ^{1,3,4,7}	Stracciatella-Joghurt ³
06.03. Mi	Brokkolicremesuppe ^{1,3,7} , Milchreis ³ mit Zimtucker, Knabbergemüse		Kirschkompott
07.03. Do	Seelachs in Eihülle ^{1,2,3,5} , Dillsöße ^{1,3,7} , Kartoffelpüree ³ , Knabbergemüse		frisches Obst
08.03. Fr	Internationaler Frauentag		Internationaler Frauentag
11.03. Mo	Bio-Penne ¹ mit Kräuterfrischkäsesoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Frisches Obst
12.03. Di	Rindergulasch ^{1,3,7} , Bio-Farfalle ¹ , Knabbergemüse	Sojagulasch ^{1,3,4,7}	Bananen-Quarkcreme ³
13.03. Mi	Bio-Kartoffeln mit Kräuterquark (mit Leinöl) ^{3,7}		Gemischter Salat mit Käsestreifen ³
14.03. Do	Gebr. Seelachs ^{1,3,5} , Möhrenrahm ^{1,3,7} , Bio-Reis, Knabbergemüse		frisches Obst
15.03. Fr	Linsensuppe ⁷ , Vollkornbrot ¹ , Knabbergemüse		Rote Grütze, Vanillesoße ³
18.03. Mo	Bio-Spaghetti ¹ mit Tomatensoße ^{1,3,7} , Reibekäse ³ , Knabbergemüse		Frisches Obst
19.03. Di	Putenschnitzel ¹ , Erbsenrahm ^{1,3,7} , Kartoffelpüree ³ , Knabbergemüse	Veg. Schnitzel ^{1,2,3,4,7}	Beeren-Joghurt ³
20.03. Mi	Champignoncremesuppe ^{1,3,7} , Eierkuchen ^{1,2,3} , Knabbergemüse		Apfelmark
21.03. Do	Seelachs mit Kräuterkruste ^{1,3,5,7} , Petersiliensoße ^{1,3,7} , Bio-Reis		Gurkensalat
22.03. Fr	Gemüse-Eintopf ⁷ mit Nudeln ¹ und Hühnerfleisch, Vollkornbrot ¹ , Knabbergemüse		Frisches Obst
25.03. Mo	Bio-Spirelli ¹ mit Spinat-Frischkäsesoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Pfirsichkompott
26.03. Di	Rinderhackbraten ^{1,2,3} , Bratensoße ^{1,3,7} , Rotkohl, Bio-Kartoffeln, Knabbergemüse	Hirsebratling ^{2,3,7}	Frisches Obst
27.03. Mi	Tortellini mit Gemüsefüllung ^{1,2,3,7} , Tomaten-Paprikasoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Grießdessert ^{1,3} mit Kirschsoße
28.03. Do	Paniertes Seelachsfilet ^{1,5} , Kräutersoße ^{1,3,7} , Bio-Reis, Knabbergemüse		Möhren-Apfelsalat
29.03. Fr	Erbsensuppe ⁷ , Vollkornbrot ¹ , Knabbergemüse		Frisches Obst

Änderungen vorbehalten

DE-ÖKO-044

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

**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.**