

ABRAXAS – Speiseplan November 2018 **Kita**



	Mit Fleisch und Fisch	Veg. Alternative	und dazu gibt es:
01.11. Do	Seelachsfischstäbchen ^{1,5} , Buttererbsen ³ , Kartoffelpüree ³ , Knabbergemüse		frisches Obst
02.11. Fr	Steckrüben-Eintopf ⁷ , Fladenbrot ^{1,10} , Knabbergemüse		Erdbeer-Pudding ³
05.11. Mo	Bio-Spirelli ¹ mit Rinderbolognesesoße ^{1,7} , Reibekäse ³ , Knabbergemüse	Sojabolognesesoße ^{1,4,7}	frisches Obst
06.11. Di	Putengeschnetzeltes ^{1,3,7} , Bio-Reis, Knabbergemüse	Sojageschnetzeltes ^{1,3,4,7}	Stracciatella-Joghurt ³
07.11. Mi	Gemüsecremesuppe ^{1,3,7} , Eierkuchen ^{1,2,3} , Knabbergemüse		Apfelmus
08.11. Do	Gebr. Seelachsfilet ^{1,5} , Zitronensoße ^{1,3,7} , Bio-Kartoffeln		Gurkensalat
09.11. Fr	Nudelsuppe mit Suppengemüse ^{1,7} , Mehrkornbaguette ^{1,10} , Knabbergemüse		Rote Grütze, Vanillesoße ³
12.11. Mo	Bio-Gabelspaghetti ¹ mit Tomatensoße ^{1,3,7} , Reibekäse ³ , Knabbergemüse		frisches Obst
13.11. Di	Süßkartoffelschnitte ^{1,2,3,7} , Kräutersoße ^{1,3,7} , Bio-Reis		Rotkohlsalat
14.11. Mi	Hähnchenschnitzel ¹ , Möhrenrahm ^{1,3,7} , Bio-Kartoffeln, Knabbergemüse	Veg. Schnitzel ^{1,2,3,4,7}	Zironen-Joghurt ³
15.11. Do	Fischbulette ^{1,2,5} , Ketchup, Kartoffelsalat ⁷ , Knabbergemüse		frisches Obst
16.11. Fr	Kürbis-Kartoffelsuppe ^{3,7} , Schrippe ¹ , Knabbergemüse		Vanille-Pudding ³
19.11. Mo	Bio-Penne ¹ , Frischkäsesoße mit Möhrenraspel und Mais ^{1,3,7} , Knabbergemüse		frisches Obst
20.11. Di	Kartoffeltaschen ^{1,2,3} , Paprikasoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		Mandarinen-Quarkcreme ³
21.11. Mi	Tomatencremesuppe ^{1,3,7} , Milchreis ³ , Knabbergemüse		Kirschkompott
22.11. Do	Hokifischfilet in Reis-Cornflakes-Panade ^{3,5} , Remouladendip ^{2,3} , Bio-Kartoffeln		Gemischter Salat mit Käsestreifen ³
23.11. Fr	Grüne Bohnen-Eintopf mit Rindfleisch ⁷ , Mehrkornbrötchen ^{1,10} , Knabbergemüse	mit veg. Bratwurstscheiben ^{1,2,3,4}	frisches Obst
26.11. Mo	Bio-Farfalle ¹ mit Brokkolirahmsoße ^{1,3,7} , Knabbergemüse		frisches Obst
27.11. Di	Szegediner Gulasch (mit Rind und Sauerkraut) ^{1,7} , Bio-Kartoffeln, Knabbergemüse	Sojagulasch ^{1,3,4,7}	Pfirsich-Joghurt ³
28.11. Mi	Rührei ^{2,3} , Rahmspinat ^{3,7} , Bio-Kartoffeln, Knabbergemüse		frisches Obst
29.11. Do	Fischragout (Lachs, Seelachs) in Senfsoße ^{1,3,7,8} , Bio-Reis, Knabbergemüse		frisches Obst
30.11. Fr	Wirsing-Kartoffel-Eintopf mit Rinderhack ⁷ , Vollkornbrot ¹ , Knabbergemüse	mit Sojahack ⁴	Schoko-Pudding ³

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.**