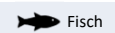


# Speiseplan November 2020



| Datum              | Menü 1   | Menü 2 (vegetarisch)  | Für alle                                |
|--------------------|--|---|---|
| Montag, 2.11.      | Bio Spirelli (1) Tomaten Paprikasoße (7); frisches Knabbergemüse   | Lauch Kürbispfanne mit Kreuzkümmel, Kräutersoße (3,7), Bio Kartoffeln; frische Rohkost                        | Frisches Obst                           |
| Dienstag, 3.11.    |  Hühnerfrikassee (3,7) mit Erbsen und Möhren, Bio Reis; frische Rohkost   | Möhren Sesamschnitzel (1,2,7,10) mit Zucchini-Soße (3,7), Bio Reis; frische Rohkost                           | Aprikosenjoghurt (3)                    |
| Mittwoch, 4.11.    | Nudelpfanne (Bio Nudeln) (1,7) mit Sahnesoße (3,7) und Rucola Sonnenblumenkern Topping; frisches Knabbergemüse   | Spaghetti mit Gemüsebolognese (1,7), Reibekäse (3); frische Rohkost   | Frisches Obst                           |
| Donnerstag, 5.11.  |  Fischragout (Seelachs, Lachs) (5) in Currysoße mit Zucchini und Erbsen (3,7), Bio Kartoffeln; frische Rohkost          | Blumenkohl Käsebratling (1,2,3,7), Kurkumasoße (2,3), Bio Reis mit Möhrenraspeln, Petersilie; frische Rohkost | Apfel Zimtquark (3)                     |
| Freitag, 6.11.     |  Bohneneintopf mit Bio Kartoffeln, Möhren und Rindfleischwürfeln (7), Vollkornbrot (1); frisches Knabbergemüse          | Ofengemüse mit Hirtenkäse (3), Tomaten Kräuter Dip (3), Vollkornbrot (1); frische Rohkost                     | Frisches Obst                           |
| Montag, 9.11.      | Bio Spaghetti (1) mit Rote Linsen Gemüsebolognese (7), geriebener Edamer (3); frische Rohkost  | Gemüseragout (7) mit Bio Kartoffeln; frische Rohkost  | Frisches Obst                           |
| Dienstag, 10.11.   |  Putengulasch mit Champignons (3,7), Sesamkartoffeln (Bio Kartoffeln) (10); frische Rohkost                             | Couscous Pfanne (1) mit Zucchini und Paprika (7), Currysoße (3); frische Rohkost                              | Erdbeerjoghurt (3)                      |
| Mittwoch, 11.11.   | Maiscremesuppe mit Sonnenblumenkernen (3,7); Grießbrei (1,3); frische Rohkost  | Blumenkohlcremesuppe mit Sonnenblumenkernen (3,7); Kaiserschmarren (1,2,3); frische Rohkost                   | Blaubeerkompott                         |
| Donnerstag, 12.11. |  Gebratener Seelachs (1,2,5), Kräuterreis (Bio Reis), Orangensoße (3,7)   | Nudelaufguss (1,2,3) (Bio Nudeln) mit Käse überbacken (3), Tomatensoße  | Gurkensalat (Joghurt Dill Dressing) (3) |
| Freitag, 13.11.    | Glasnudelpfanne mit Chinakohl, Möhrenstreifen und Paprika (7), Süßsauersoße (4,7); frische Rohkost   | Linseneintopf mit Bio Kartoffeln (7) und Vollkornbrot (1); frische Rohkost                                    | Frisches Obst                           |
| Montag, 16.11.     |  Bio Makkaroni (1) mit Bolognese (7) und geriebenem Käse(3); bunter Blattsalat mit Zitronendressing                     | Eier in milder Senfsoße (2,3,7,8), Bio Kartoffeln mit Sesam (10); bunter Blattsalat mit Zitronendressing      | Frisches Obst                           |
| Dienstag, 17.11.   |  Asiatisches Hähnchengeschnetzeltes mit Lauch, Sojasprossen und Paprikastreifen (4,7), Bio Reis; frisches Knabbergemüse | Gemüsebratling (1,2,3,7) mit Kräuter Dip (3,7), Bio Kartoffeln; frisches Knabbergemüse                        | Schokoladenpudding (3)                  |
| Mittwoch, 18.11.   | Rührei (1,2) mit Rahmspinat (3) und Bio Kartoffeln; frische Rohkost  | Moussaka (7) mit Tofu Hack (4) und Käse (3) überbacken; frische Rohkost                                       | Frisches Obst                           |
| Donnerstag, 19.11. |  Wildlachs im Backteig (1,5,8) mit Kräutersoße (3,7), Kartoffelpüree (3)   | Kichererbsen Eintopf mit Kokosmilch (7), Bio Kartoffelwürfeln und Kaiserschoten                               | Möhren Apfelsalat                       |
| Freitag, 20.11.    | Linsen Kartoffeleintopf mit Lauch und Möhren (7), Vollkornbrot (1); frisches Knabbergemüse   | Buntes Pfannengemüse mit Kidneybohnen (7), Tsatsiki (3), Vollkornbrot (1); frisches Knabbergemüse             | Frisches Obst                           |
| Montag, 23.11.     |  Bio Spirelli (1) Carbonara (Geflügelschinken) (3,7); Tomatensalat  | Kartoffelgratin mit Sesamkruste (3,10); Tomatensalat  | Frisches Obst                           |
| Dienstag, 24.11.   |  Putenschnitzel (1), Kartoffelstampf (Bio Kartoffeln), Wirsing in Rahmsauce (3,7); frische Rohkost                    | Brokkoli Ragout in milder Senfsahnesoße (3,7,8), Bio Reis; frische Rohkost                                    | Kirschquark (3)                         |
| Mittwoch, 25.11.   | Gemüse Nudleintopf (1,7) (Bio Nudeln), Vollkornbrot (1); frische Rohkost   | Ratatouille (Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomaten) (7), Vollkornbrot (1); frische Rohkost                    | Vanillepudding (3)                      |
| Donnerstag, 26.11. |  Seelachs paniert (1,5) mit Zitronensoße (3), Tomatenreis Bio Reis (7); frische Rohkost                               | Kräuter Paprikaquark (3), Bio Kartoffeln; frische Rohkost   | Frisches Obst                           |
| Freitag, 27.11.    | Erbsenkartoffelcremesuppe (7); Milchreis (3) (Bio Rundkornreis); frische Rohkost   | Erbsenkartoffelcremesuppe (3,7); Eierkuchen (1,2,3); frische Rohkost  | Apfelmus                                |
| Montag, 30.11.     | Bio Penne (1), Béchamelseße (3) mit Möhren und Zuchiniraspeln, Reibekäse (3); frische Rohkost  | Kürbissuppe mit Möhren, rotem Paprika und Bio Kartoffeln (7), Brötchen (1); frische Rohkost                   | Frisches Obst                           |

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



**Die Übersetzungen des Speiseplans  
dienen ausschließlich der Information.**

**Verbindlich ist einzig die  
deutschsprachige Version.**

| تاريخ              | القائمة 1  | القائمة 2 (نباتي)  | للجميع                                |
|--------------------|--|--|---------------------------------------|
| الاثنين 2 نوفمبر   | سيبريلي عضوي (1) صلصة طماطم بالفلفل (7) ؛ الخضار الطازجة   | مقلاة يقطين الكراث مع الكمون وصلصة الأعشاب (3,7) والبطاطا العضوية ؛ الخضار النيئة الطازجة                | فاكهة طازجة                           |
| الثلاثاء 3 نوفمبر  | دجاج مقلي (3,7) مع بازلاء وجزر ، أرز عضوي ؛ الخضار النيئة الطازجة  | شنيترز الجزر والسهم (1,2,7,10) مع صلصة الكوسة (3,7) ، أرز عضوي ؛ الخضار النيئة الطازجة                   | (3) زيادي المشمش                      |
| الأربعاء 4 نوفمبر  | مقلاة المعكرونة (نودلز عضوية) (1,7) مع صلصة الكريمة (3,7) وجرير تعلوها بذور عباد الشمس ؛ الخضار الطازجة              | سباغيتي مع بولونيز نباتي (1,7) ، جبن مبشور (3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                                   | فاكهة طازجة                           |
| الخميس 5 نوفمبر    | راجوت السمك (بولاك ، السلمون) (5) في صلصة الكاري مع الكوسة والبازلاء (3,7) ، البطاطا العضوية ؛ الخضار النيئة الطازجة | فطيرة جبن القربيط (1,2,3,7) ، صلصة الكرم (2,3) ، أرز عضوي مع جزر مبشور ، بقودونس ؛ الخضار النيئة الطازجة | (3) التفاح والقرفة كوارك              |
| الجمعة 6 نوفمبر    | بخنة الفاصوليا مع البطاطا العضوية والجزر ولحم البقر المقطع (7) ، خبز الحبوب الكاملة (1) ؛ الخضار الطازجة             | (5) الحصر بعن مع جبن الري (5) ، الصمام والاعساب ،  | فاكهة طازجة                           |
| الاثنين 9 نوفمبر   | إسباغيتي عضوي (1) مع عدس أحمر ، بولونيز نباتي (7) ، جبن إيدام مبشور (3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                      | راجوت نباتي (7) مع بطاطس عضوية ؛ الخضار النيئة الطازجة   | فاكهة طازجة                           |
| الثلاثاء 10 نوفمبر | جولاش ديك رومي بالفطر (3,7) ، بطاطس بالسهم (بطاطس عضوية) (10) ؛ الخضار النيئة الطازجة                                | مقلاة الكسكس (1) مع الكوسة والفلفل الحلو (7) ، صلصة الكاري (3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                   | (3) زيادي فراولة                      |
| الأربعاء 11/11     | حساء كريمة الذرة مع بذور عباد الشمس (3,7) ؛ عصيدة السميد (1,3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                               | شورية كريمة القربيط ببذور عباد الشمس (3,7) ؛ كايزرشمارين (1,2,3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                 | كومبوت عنبية                          |
| الخميس 12 نوفمبر   | (3,7) مقلي (1,2,5) ، أرز بالأعشاب (أرز عضوي) ، صلصة يرتقال   | باستا خبز (1,2,3) (باستا عضوية) مخبوزة بالجبن (3) ، صلصة الطماطم   | سلطة الخيار (صلصة الزيادي والشبت) (3) |
| الجمعة 13 نوفمبر   | مقلاة زجاجية مع ملفوف صيني وشرايح جزر وفلفل بابريكا (7) وصلصة حلوة وحامضة (4,7) ؛ الخضار النيئة الطازجة              | مرق العدس مع البطاطس العضوية (7) والخبز الكامل (1) ؛ الخضار النيئة الطازجة                               | فاكهة طازجة                           |
| الاثنين 16 نوفمبر  | مكروننة عضوية (1) مع بولونيز (7) وجبن مبشور (3) ؛ خس ملون مع صلصة الليمون  | بيض في صلصة الخردل المعتدلة (2,3,7,8) ، بطاطا عضوية مع السهم (10) ؛ خس ملون مع صلصة الليمون              | فاكهة طازجة                           |
| الثلاثاء 17 نوفمبر | شرايح دجاج آسيوية مع كراث وبراعم فول الصويا وشرايح بابريكا (4,7) وأرز عضوي ؛ الخضار الطازجة                          | فطائر نباتية (1,2,3,7) مع غمس الأعشاب (3,7) ، بطاطا عضوية ؛ الخضار الطازجة                               | (3) بودنج الشوكولاتة                  |
| الأربعاء 18 نوفمبر | البيض المخفوق (1,2) مع السبانخ (3) والبطاطا العضوية ؛ الخضار النيئة الطازجة  | مسقعة (7) مخبوزة بالتوفو المفروم (4) والجبن (3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                                  | فاكهة طازجة                           |
| الخميس 19 نوفمبر   | (3) سمك السلمون البري في الخليط (1,5,8) مع صلصة الأعشاب (3,7) ، البطاطس المهروسة                                     | مرق الحمص مع حليب جوز الهند (7) ومكعبات البطاطس العضوية والبازلاء  | سلطة التفاح والجزر                    |
| الجمعة 20 نوفمبر   | مرق العدس مع الكراث والجزر (7) ، خبز الحبوب الكاملة (1) ؛ الخضار الطازجة   | الخضار الملونة المقلية مع الفاصوليا (7) ، تارتازيكي (3) ، خبز الحبوب الكاملة (1) ؛ الخضار الطازجة        | فاكهة طازجة                           |
| الاثنين 23 نوفمبر  | عضوي سيبريلي (1) كاربونارا (لحم دواجن) (3,7) ؛ سلطة طماطم  | غراتان البطاطس بقشرة السهم (3,10) ؛ سلطة طماطم   | فاكهة طازجة                           |
| الثلاثاء 24 نوفمبر | شريحة لحم ديك رومي (1) ، بطاطس مهروسة (بطاطا عضوية) ، ملفوف سافوي في صلصة كريمة (3,7) ؛ الخضار النيئة الطازجة        | خرق البروكلي في صلصة الخردل المعتدلة (3,7,8) ، أرز عضوي ؛ الخضار النيئة الطازجة                          | (3) شيري كوارك                        |
| الأربعاء 25 نوفمبر | بخنة المعكرونة النباتية (1,7) (نودلز عضوية) ، خبز الحبوب الكاملة (1) ؛ الخضار النيئة الطازجة                         | راتاتوي (الفلفل ، الكوسة ، الباذنجان ، الطماطم) (7) ، خبز الحبوب الكاملة (1) ؛ الخضار النيئة الطازجة     | (3) بودينج الفانيليا                  |
| الخميس 26 نوفمبر   | بولوك بالقسماط (1,5) مع صلصة الليمون (3) ، أرز طماطم أرز عضوي (7) ؛ الخضار النيئة الطازجة                            | كوارك الفلفل الحلو العشي (3) ، البطاطس العضوية ؛ الخضار النيئة الطازجة                                   | فاكهة طازجة                           |
| الجمعة 27 نوفمبر   | حساء البطاطس كريمة البازلاء (7) ؛ أرز باللبن (3) (أرز عضوي قصير الحبة) ؛ الخضار النيئة الطازجة                       | شورية كريمة البازلاء والبطاطس (3,7) ؛ الفطائر (1,2,3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                            | عصير التفاح                           |
| الاثنين 30 نوفمبر  | بيبي عضوي (1) ، صلصة البشاميل (3) مع الجزر والكوسة مبشور الجبن المبشور (3) ؛ الخضار النيئة الطازجة                   | حساء يقطين مع الجزر والفلفل الأحمر والبطاطا العضوية (7) ، لفات (1) ؛ الخضار النيئة الطازجة               | فاكهة طازجة                           |

| Дата                   | Меню 1   | Меню 2 (вегетарианское)   | Для всех  |
|------------------------|--|---|---|
| Понедельник, 2 ноября  | Органический Spirelli (1) Томатно-перец соус (7); свежие закуски овощи   | Сковорода из тыквы-порей с тмином, травяной соус (3,7), органический картофель; свежие сырые овощи                            | Свежие фрукты                                       |
| Вторник, 3 ноября      | Куриное фрикасе (3,7) с горохом и морковью, органический рис; свежие сырые овощи   | Морковный кунжутный шницель (1,2,7,10) с соусом из кабачков (3,7), органический рис; свежие сырые овощи                       | Абрикосовый йогурт (3)                              |
| Среда, 4 ноября        | Сковорода для лапши (органическая лапша) (1,7) со сливочным соусом (3,7) и начинкой из семян подсолнечника; свежие закуски овощи         | Спагетти с овощным болоньезом (1,7), тертым сыром (3); свежие сырые овощи   | Свежие фрукты                                       |
| Четверг, 5 ноября      | Рыбное рагу (сайда, лосось) (5) в соусе карри с цуккини и горохом (3,7), органический картофель; свежие сырые овощи                      | Котлета из цветной капусты (1,2,3,7), соус из куркумы (2,3), органический рис с тертой морковью, петрушка; свежие сырые овощи | Яблочный творог с корицей (3)                       |
| Пятница, 6 ноября      | Тушеная фасоль с органическим картофелем, морковью и нарезанной кубиками говядиной (7), цельнозерновой хлеб (1); свежие закуски овощи    | Овощи в духовке с пастушьим сыром (3), соусом из помидоров и зелени (3), Цельнозерновой хлеб (1); свежие сырые овощи          | Свежие фрукты                                       |
| Понедельник, 9 ноября  | Органические спагетти (1) с красной чечевицей, овощным болоньезом (7), тертым сыром Эдам (3); свежие сырые овощи                         | Овощное рагу (7) с органическим картофелем; свежие сырые овощи  | Свежие фрукты                                       |
| Вторник, 10 ноября     | Гуляш из индейки с грибами (3,7), картофель с кунжутом (органический картофель) (10); свежие сырые овощи                                 | Кускус (1) с цуккини и паприкой (7), соус карри (3); свежие сырые овощи   | Клубничный йогурт (3)                               |
| Среда, 11 ноября       | Кукурузный крем-суп с семечками (3,7); Манная каша (1,3); свежие сырые овощи   | Крем-суп из цветной капусты с семечками (3,7); Кайзершмаррен (1,2,3); свежие сырые овощи                                      | Компот из черники                                   |
| Четверг, 12 ноября     | Жареная сайда (1,2,5), рис с травами (органический рис), апельсиновый соус (3,7)   | Паста запеченная (1,2,3) (органическая паста) запеченная с сыром (3), томатным соусом   | Салат из огурцов (заправка из йогурта и укропа) (3) |
| Пятница, 13 ноября     | Стеклянная сковорода для лапши с пекинской капустой, морковными полосками и паприкой (7), кисло-сладким соусом (4,7); свежие сырые овощи | Чечевичное рагу с органическим картофелем (7) и хлебом из непросеянной муки (1); свежие сырые овощи                           | Свежие фрукты                                       |
| 16 ноября, понедельник | Органические макароны (1) с болоньезе (7) и тертым сыром (3); красочный салат с лимонной заправкой                                       | Яйца в нежном горчичном соусе (2,3,7,8), органический картофель с кунжутом (10); красочный салат с лимонной заправкой         | Свежие фрукты                                       |
| Вторник, 17 ноября     | Азиатские куриные полоски с луком-пореем, ростками сои и полосками паприки (4,7), органический рис; свежие закуски овощи                 | Овощные котлеты (1,2,3,7) с соусом из зелени (3,7), органический картофель; свежие закуски овощи                              | Шоколадный пудинг (3)                               |
| 18 ноября, среда       | Яичница (1,2) со шпинатом со сливками (3) и органическим картофелем; свежие сырые овощи  | Мусака (7), запеченная с тофу-фаршем (4) и сыром (3); свежие сырые овощи  | Свежие фрукты                                       |
| Четверг, 19 ноября     | Дикая лосось в кляре (1,5,8) с соусом из приправ (3,7), картофельным пюре (3)  | Рагу из нута с кокосовым молоком (7), кусочками органического картофеля и снежным горошком                                    | Салат из моркови и яблок                            |
| Пятница, 20 ноября     | Тушеное мясо из чечевицы с луком и морковью (7), цельнозерновой хлеб (1); свежие закуски овощи   | Красочные жареные овощи с фасолью (7), цацки (3), цельнозерновой хлеб (1); свежие закуски овощи                               | Свежие фрукты                                       |
| Понедельник, 23 ноября | Органический Спирелли (1) Карбонара (Ветчина из домашней птицы) (3,7); Салат из помидоров  | Картофельная запеканка с кунжутной корочкой (3,10); Салат из помидоров  | Свежие фрукты                                       |
| Вторник, 24 ноября     | Шницель из индейки (1), картофельное пюре (органический картофель), савойская капуста в сливочном соусе (3,7); свежие сырые овощи        | Рагу из брокколи в нежном горчичном соусе (3,7,8), органический рис; свежие сырые овощи                                       | Вишневый творог (3)                                 |
| Среда, 25 ноября       | Овощная тушеная лапша (1,7) (органическая лапша), цельнозерновой хлеб (1); свежие сырые овощи  | Рататуй (перец, цуккини, баклажаны, помидоры) (7), цельнозерновой хлеб (1); свежие сырые овощи                                | Ванильный пудинг (3)                                |
| Четверг, 26 ноября     | Минтай в панировке (1,5) с лимонным соусом (3), органический рис с томатами и рисом) (7); свежие сырые овощи                             | Травяной перец перца (3), органический картофель; свежие сырые овощи  | Свежие фрукты                                       |
| Пятница, 27 ноября     | Картофельный крем-суп (7); Рисовый пудинг (3) (органический короткозерный рис); свежие сырые овощи                                       | Картофельный крем-суп (3,7); Блины (1,2,3); свежие сырые овощи  | яблочное пюре                                       |
| Понедельник, 30 ноября | Органический пенне (1), соус бешамель (3) с тертой морковью и цуккини, тертым сыром (3); свежие сырые овощи                              | Тыквенный суп с морковью, красным перцем и органическим картофелем (7), роллы (1); свежие сырые овощи                         | Свежие фрукты                                       |

| tarih              |   | Menü 1  | Menü 2 (vejetaryen)   | Hepsi için                                     |
|--------------------|---|---|---|--|
| 2 Kasım Pazartesi  |   | Organik Spirelli (1) Domates Biber Sosu (7); taze atıştırmalık sebzeler   | Kimyonlu pırasa balkabağı tavası, bitki sosu (3.7), organik patates; taze çiğ sebzeler                                      | Taze meyve                                     |
| 3 Kasım Salı       |    | Bezelye ve havuçlu tavuk fricassee (3.7), organik pirinç; taze çiğ sebzeler   | Kabak soslu (3,7) havuç susamlı şnitzel (1,2,7,10), organik pirinç; taze çiğ sebzeler                                       | Kayıslı Yoğurt (3)                             |
| 4 Kasım Çarşamba   |   | Krema soslu (3.7) erişte tavası (organik erişte) (1.7) ve üstüne roka ayçiçeği tohumu; taze atıştırmalık sebzeler                   | Sebze bolonezli spagetti (1.7), rendelenmiş peynir (3); taze çiğ sebzeler   | Taze meyve                                     |
| 5 Kasım Perşembe   |    | Kabak ve bezelye (3.7) ile köri soslu balık yahnisi (saithe, somon) (5), organik patates; taze çiğ sebzeler                         | Karnabahar peynirli köftesi (1,2,3,7), zerdeçal sosu (2,3), rendelenmiş havuçlu organik pirinç, maydanoz; taze çiğ sebzeler | Elmalı tarçınlı kuark (3)                      |
| 6 Kasım Cuma       |    | Organik patates, havuç ve doğranmış dana eti (7), tam tahıllı ekme (1) ile fasulye güveci; taze atıştırmalık sebzeler               | Çoban peyniri (3), domates ve ot soslu fırın sebzeleri (3), Tam Buğday Ekmeği (1); taze çiğ sebzeler                        | Taze meyve                                     |
| 9 Kasım Pazartesi  |   | Kırmızı mercimekli organik spagetti (1), sebzeli bolonez (7), rendelenmiş Edam peyniri (3); taze çiğ sebzeler                       | Organik patatesli sebze yahnisi (7); taze çiğ sebzeler  | Taze meyve                                     |
| 10 Kasım Salı      |    | Mantarlı hindi gulaşı (3.7), susamlı patates (organik patates) (10); taze çiğ sebzeler  | Kabak ve dolmalık biberli kuskus tavası (1) (7), köri sosu (3); taze çiğ sebzeler   | Çilekli Yoğurt (3)                             |
| 11 Kasım Çarşamba  |   | Ayçiçeği çekirdekli kremalı mısır çorbası (3.7); İrmik lapası (1.3); taze çiğ sebzeler  | Kremalı karnabahar çorbası, ayçekirdeği (3.7); Kaiserschmarren (1,2,3); taze çiğ sebzeler                                   | Yaban mersini kompostosu                       |
| 12 Kasım Perşembe  |    | Kızarmış saithe (1,2,5), otlu pilav (organik pirinç), portakal sosu (3,7)   | Peynirli fırında makarna (1,2,3) (organik makarna), domates sos   | Salatalık Salatası (Yoğurtlu Dereotu Sosu) (3) |
| 13 Kasım Cuma      |   | Çin lahanası, havuç dilimleri ve kırmızı biber (7), tatlı ve ekşi sos (4.7) ile cam erişte tavası; taze çiğ sebzeler                | Organik patates (7) ve kepekli ekme (1) ile mercimek yahnisi; taze çiğ sebzeler   | Taze meyve                                     |
| 16 Kasım Pazartesi |    | Bolognese (7) ve rendelenmiş peynir (3) ile organik makarna (1); limon soslu renkli marul   | Hafif hardal soslu yumurtalar (2,3,7,8), susamlı organik patatesler (10); limon soslu renkli marul                          | Taze meyve                                     |
| 17 Kasım Salı      |    | Pırasa, soya fasulyesi filizi ve kırmızı biber şeritleri (4.7) ile Asya tavuk şeritleri, organik pirinç; taze atıştırmalık sebzeler | Bitki soslu sebze köftesi (1,2,3,7) (3,7), organik patates; taze atıştırmalık sebzeler                                      | Çikolatalı puding (3)                          |
| 18 Kasım Çarşamba  |   | Kremalı ispanaklı (3) ve organik patatesli omler (1,2); taze çiğ sebzeler   | Tofu kıyma (4) ve peynir (3) ile rendelenmiş Musakka (7); taze çiğ sebzeler   | Taze meyve                                     |
| 19 Kasım Perşembe  |   | Etili (1,5,8) ot soslu (3,7) yabancı somon, patates püresi (3)  | Hindistan cevizi sütü (7), organik patates küpleri ve kar bezelye ile nohut güveç   | Havuçlu elma salatası                          |
| 20 Kasım Cuma      |   | Pırasa ve havuçlu mercimek patates güveci (7), tam tahıllı ekme (1); taze atıştırmalık sebzeler                                     | Renkli tavada kızartılmış sebzeler, barbunya fasulyesi (7), cacık (3), kepekli ekme (1); taze atıştırmalık sebzeler         | Taze meyve                                     |
| 23 Kasım Pazartesi |  | Organik Spirelli (1) Carbonara (Kanatlı Jambon) (3.7); Domates salatası   | Susamlı patates graten (3.10); Domates salatası   | Taze meyve                                     |
| 24 Kasım Salı      |  | Hindi şnitzel (1), patates püresi (organik patates), krema soslu savoy lahanası (3.7); taze çiğ sebzeler                            | Hafif hardal soslu (3,7,8) brokoli yahnisi, organik pirinç; taze çiğ sebzeler   | Kiraz Kuarkı (3)                               |
| 25 Kasım Çarşamba  |   | Sebzeli erişte güveç (1.7) (organik erişte), tam tahıllı ekme (1); taze çiğ sebzeler  | Ratatouille (biber, kabak, patlıcan, domates) (7), tam tahıllı ekme (1); taze çiğ sebzeler                                  | Vanilyalı puding (3)                           |
| 26 Kasım Perşembe  |  | Pollock ekme (1.5) limon sosu (3), domates pirinci organik pirinç (7); taze çiğ sebzeler  | Bitkisel kırmızı biber (3), organik patatesler; taze çiğ sebzeler   | Taze meyve                                     |
| 27 Kasım Cuma      |   | Kremalı Bezelye Patates Çorbası (7); Sütlaç (3) (organik kısa taneli pirinç); taze çiğ sebzeler                                     | Kremalı Bezelye Patates Çorbası (3.7); Krep (1,2,3); taze çiğ sebzeler  | elma püresi                                    |
| 30 Kasım Pazartesi |   | Organik penne (1), havuç ve kabak rendelenmiş beşamel sos (3), rendelenmiş peynir (3); taze çiğ sebzeler                            | Havuç, kırmızı biber ve organik patatesli balkabağı çorbası (7), rulolar (1); taze çiğ sebzeler                             | Taze meyve                                     |

| Date                     | Menu 1   | Menu 2 (vegetarian)   | For all                                   |
|--------------------------|--|---|---|
| Monday, November 2nd     | Organic Spirelli (1) Tomato Pepper Sauce (7); fresh snack vegetables   | Leek pumpkin pan with cumin, herb sauce (3,7), organic potatoes; fresh raw vegetables                                       | Fresh fruit                               |
| Tuesday, November 3rd    | Chicken fricassee (3.7) with peas and carrots, organic rice; fresh raw vegetables                                      | Carrot sesame schnitzel (1,2,7,10) with zucchini sauce (3,7), organic rice; fresh raw vegetables                            | Apricot Yogurt (3)                        |
| Wednesday, November 4th  | Noodle pan (organic noodles) (1.7) with cream sauce (3.7) and rocket sunflower seed topping; fresh snack vegetables    | Spaghetti with vegetable bolognese (1.7), grated cheese (3); fresh raw vegetables   | Fresh fruit                               |
| Thursday, November 5th   | Fish ragout (saithe, salmon) (5) in curry sauce with zucchini and peas (3.7), organic potatoes; fresh raw vegetables   | Cauliflower cheese patty (1,2,3,7), turmeric sauce (2,3), organic rice with shredded carrots, parsley; fresh raw vegetables | Apple cinnamon quark (3)                  |
| Friday, November 6th     | Bean stew with organic potatoes, carrots and diced beef (7), whole grain bread (1); fresh snack vegetables             | Oven vegetables with herder cheese (3), tomato and herb dip (3), Whole Wheat Bread (1); fresh raw vegetables                | Fresh fruit                               |
| Monday, November 9th     | Organic spaghetti (1) with red lentils, vegetable bolognese (7), grated Edam cheese (3); fresh raw vegetables          | Vegetable ragout (7) with organic potatoes; fresh raw vegetables  | Fresh fruit                               |
| Tuesday, November 10th   | Turkey goulash with mushrooms (3.7), sesame potatoes (organic potatoes) (10); fresh raw vegetables                     | Couscous pan (1) with zucchini and paprika (7), curry sauce (3); fresh raw vegetables                                       | Strawberry Yogurt (3)                     |
| Wednesday November 11th  | Cream of corn soup with sunflower seeds (3.7); Semolina porridge (1.3); fresh raw vegetables                           | Cream of cauliflower soup with sunflower seeds (3.7); Kaiserschmarren (1,2,3); fresh raw vegetables                         | Blueberry compote                         |
| Thursday, November 12th  | Fried saithe (1,2,5), herb rice (organic rice), orange sauce (3,7)   | Pasta bake (1,2,3) (organic pasta) baked with cheese (3), tomato sauce  | Cucumber Salad (Yogurt Dill Dressing) (3) |
| Friday, November 13th    | Glass noodle pan with Chinese cabbage, carrot strips and paprika (7), sweet and sour sauce (4.7); fresh raw vegetables | Lentil stew with organic potatoes (7) and wholemeal bread (1); fresh raw vegetables   | Fresh fruit                               |
| Monday, November 16th    | Organic macaroni (1) with Bolognese (7) and grated cheese (3); colorful lettuce with lemon dressing                    | Eggs in mild mustard sauce (2,3,7,8), organic potatoes with sesame (10); colorful lettuce with lemon dressing               | Fresh fruit                               |
| Tuesday, November 17th   | Asian chicken strips with leek, soybean sprouts and paprika strips (4.7), organic rice; fresh snack vegetables         | Vegetable patties (1,2,3,7) with herb dip (3,7), organic potatoes; fresh snack vegetables                                   | Chocolate pudding (3)                     |
| Wednesday, November 18th | Scrambled eggs (1,2) with creamed spinach (3) and organic potatoes; fresh raw vegetables                               | Moussaka (7) baked with tofu mince (4) and cheese (3); fresh raw vegetables   | Fresh fruit                               |
| Thursday, November 19th  | Wild salmon in batter (1,5,8) with herb sauce (3,7), mashed potatoes (3)   | Chickpea stew with coconut milk (7), organic potato cubes and snow peas   | Carrot apple salad                        |
| Friday, November 20th    | Lentil potato stew with leek and carrots (7), whole grain bread (1); fresh snack vegetables                            | Colorful stir-fried vegetables with kidney beans (7), tzatziki (3), wholemeal bread (1); fresh snack vegetables             | Fresh fruit                               |
| Monday, November 23rd    | Organic Spirelli (1) Carbonara (Poultry Ham) (3.7); Tomato salad   | Potato gratin with sesame crust (3.10); Tomato salad  | Fresh fruit                               |
| Tuesday, November 24th   | Turkey schnitzel (1), mashed potatoes (organic potatoes), savoy cabbage in cream sauce (3.7); fresh raw vegetables     | Broccoli ragout in a mild mustard sauce (3,7,8), organic rice; fresh raw vegetables   | Cherry Quark (3)                          |
| Wednesday, November 25th | Vegetable noodle stew (1.7) (organic noodles), whole grain bread (1); fresh raw vegetables                             | Ratatouille (peppers, zucchini, eggplant, tomatoes) (7), whole grain bread (1); fresh raw vegetables                        | Vanilla pudding (3)                       |
| Thursday, November 26th  | Pollock breaded (1.5) with lemon sauce (3), tomato rice organic rice) (7); fresh raw vegetables                        | Herbal paprika quark (3), organic potatoes; fresh raw vegetables  | Fresh fruit                               |
| Friday, November 27th    | Cream of Pea Potato Soup (7); Rice pudding (3) (organic short grain rice); fresh raw vegetables                        | Cream of Pea Potato Soup (3.7); Pancakes (1,2,3); fresh raw vegetables  | applesauce                                |
| Monday, November 30th    | Organic penne (1), bechamel sauce (3) with carrots and zucchini grated, grated cheese (3); fresh raw vegetables        | Pumpkin soup with carrots, red peppers and organic potatoes (7), rolls (1); fresh raw vegetables                            | Fresh fruit                               |

1 gluten, 2 egg, 3 milk (lactose), 4 soy, 5 fish, 6 peanuts, 7 celery, 8 mustard, 9 crustaceans, 10 sesame seeds, 11 nuts, 12 sulfur dioxide & sulfites, 13 lupins, 14 molluscs



beef



poultry



fish