

# Speiseplan

DE-ÖKO-044  
Immer für Obst, Milchprodukte, Kartoffeln, Nudeln, Reis



Datum	Menü 1	Vegetarische Alternative	Menü 2 (vegetarisch)
Mittwoch, 1.05.	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Donnerstag, 2.05.	Thai Nudelpfanne mit Brokkoli, Paprika und Lauch (Bio Nudeln) (1,7), Süßsauersoße (4,7); Knabbergemüse; Bio Obst	Thai Nudelpfanne mit Brokkoli, Paprika und Lauch (Bio Nudeln) (1,7), Süßsauersoße (4,7); Knabbergemüse; Bio Obst	Kokos Curry mit Süßkartoffeln und Brokkoli (7), Bio Reis; Knabbergemüse; Bio Obst
Freitag, 3.05.	Fischrikadelle (1,3,5), leichte Senfsoße (Bio Milch) (1,3,7,8), Bio Reis; Bohnensalat aus Bio Bohnen	Quinoa Bratling mit Sonnenblumenkernen (hausgemacht) (1,2,7), leichte Senfsoße (Bio Milch) (1,3,7,8), Bio Reis; Bohnensalat aus Bio Bohnen	Gemüseeintopf mit Bio Kartoffeln (7); Bohnensalat aus Bio Bohnen
Montag, 6.05.	Bio Spirelli mit Tomaten Auberginen Soße (1,7), Bio Reibekäse (3); Knabbergemüse; Bio Obst	Bio Spirelli mit Tomaten Auberginen Soße (1,7), Bio Reibekäse (3); Knabbergemüse; Bio Obst	Eintopf mit zweierlei Linsen, Kartoffeln, ein Klecks Schmand (Bio: Kartoffeln, Schmand, Milch) (3,7), Bio Vollkornbrot (1); Knabbergemüse; Bio Obst
Dienstag, 7.05.	Erbsencremesuppe (Bio: Erbsen, Sahne) (3,7); süße Hirsespise (Bio Milch) (3); Bio Knabbergemüse; Kompott aus Bio Kirschen	Erbsencremesuppe (Bio: Erbsen, Sahne) (3,7); süße Hirsespise (Bio Milch) (3); Bio Knabbergemüse; Kompott aus Bio Kirschen	Erbsencremesuppe (Bio: Erbsen, Sahne) (3,7); Vollkorn Grießbrei (Bio: Milch, Grieß) (1,3); Bio Knabbergemüse; Kompott aus Bio Kirschen
Mittwoch, 8.05.	Chili con Carne (Bio: Rindfleisch, Mais) (7), Bio Vollkornbrot (1); Knabbergemüse; Bio Obst	Chili sin Carne (Bio: Soja, Mais) (4,7), Bio Vollkornbrot (1); Knabbergemüse; Bio Obst	Orientalisches Gemüse (7), Bio Bulgur (1), Minze Joghurt Dip (Bio Joghurt) (3); Knabbergemüse; Bio Obst
Donnerstag, 9.05.	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Freitag, 10.05.	Linsen Kartoffeleintopf mit Lauch und Möhren (Bio: Kartoffeln, Lauch, Möhren) (7), Bio Vollkornbrot (1); Bio Knabbergemüse; Bio Obst	Linsen Kartoffeleintopf mit Lauch und Möhren (Bio: Kartoffeln, Lauch, Möhren) (7), Bio Vollkornbrot (1); Bio Knabbergemüse; Bio Obst	Buntes Pfannengemüse mit Kidneybohnen (Bio Gemüse) (7), Tsatsiki (Bio: Quark, Milch, Gurke) (3), Bio Vollkornbrot (1); Bio Knabbergemüse; Bio Obst
Montag, 13.05.	Bio Vollkorn Penne (1) mit Kürbis Tomaten Schmand Bolognese (Bio: Kürbis, Tomaten, Schmand) (3,7); Bio Knabbergemüse; Bio Obst	Bio Vollkorn Penne (1) mit Kürbis Tomaten Schmand Bolognese (Bio: Kürbis, Tomaten, Schmand) (3,7); Bio Knabbergemüse; Bio Obst	Räuchertofuwürfel mit Möhren in Currysoße (Bio: Tofu, Möhren, Milch) (3,4), Bio Vollkorn Reis; Bio Knabbergemüse; Bio Obst
Dienstag, 14.05.	Seelachs Müllerin Art (1,5), Kräutersoße (Bio Sahne) (3,7,8), Bio Reis; Knabbergemüse; Vanillepudding (Bio Milch) (3)	Gemüse Rösti mit Sesam (hausgemacht) (1,2,7,10), Kräutersoße (Bio Sahne) (3,7), Bio Reis; Knabbergemüse; Vanillepudding (Bio Milch) (3)	Bohnensuppe (grüne, weiße und Kidneybohnen) mit Bio Kartoffeln (7), Bio Brot mit Sonnenblumenkernen (1); Knabbergemüse; Vanillepudding (Bio Milch) (3)
Mittwoch, 15.05.	Kartoffel Gemüsepfanne (7), Schnittlauch Sesam Schmand Dip (Bio: Kartoffeln, Schmand, Quark, Milch) (3,10); Knabbergemüse; Bio Obst	Kartoffel Gemüsepfanne (7), Schnittlauch Sesam Schmand Dip (Bio: Kartoffeln, Schmand, Quark, Milch) (3,10); Knabbergemüse; Bio Obst	Kürbis Gemüsegulasch in Kokos Sesamsoße (7,10), Bio Reis; Knabbergemüse; Bio Obst
Donnerstag, 16.05.	Putenragout mit Champignons (Bio Champignons, Sahne) (3,7), Bio Reis; Bio Knabbergemüse; Joghurt mit Kokosraspeln (Bio: Joghurt, Milch) (3)	Champignonragout mit Paprika (Bio: Champignons, Paprika, Sahne) (3,7), Bio Reis; Bio Knabbergemüse; Joghurt mit Kokosraspeln (Bio: Joghurt, Milch) (3)	Nudel Pfanne mit Zucchini und Paprika (Bio: Nudeln, Zucchini, Paprika) (1,7), Currysoße (Bio: Milch, Zwiebeln) (3); Bio Knabbergemüse; Joghurt mit Kokosraspeln (Bio: Joghurt, Milch) (3)
Freitag, 17.05.	Bio Penne (1), Möhrenpesto (hausgemacht), Käsesoße (Bio: Käse, Milch) (3); Knabbergemüse; Bio Obst	Bio Penne (1), Möhrenpesto (hausgemacht), Käsesoße (Bio: Käse, Milch) (3); Knabbergemüse; Bio Obst	Bunte Kartoffel Gemüsepfanne mit Käse überbacken (Bio: Kartoffeln, Käse) (3,7), Bechamelsoße (7); Knabbergemüse; Bio Obst
Montag, 20.05.	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Dienstag, 21.05.	Bohneneintopf mit Bio Kartoffeln, Möhren und Kichererbsen (7), Bio Vollkornbrot (1); Knabbergemüse; Bio Obst	Bohneneintopf mit Bio Kartoffeln, Möhren und Kichererbsen (7), Bio Vollkornbrot (1); Knabbergemüse; Bio Obst	Ofengemüse (7), Tomaten Kräuter Dip (Bio: Quark, Milch) (3), Bio Vollkornbrot (1); Knabbergemüse; Bio Obst
Mittwoch, 22.05.	Eier (2) in Senfsoße (Bio Milch) (3,7,8), Bio Kartoffeln; Bio Knabbergemüse; Schokoladenpudding (Bio Milch) (3)	Eier (2) in Senfsoße (Bio Milch) (3,7,8), Bio Kartoffeln; Bio Knabbergemüse; Schokoladenpudding (Bio Milch) (3)	Brokkoli Möhren Kartoffel Auflauf (Bio: Brokkoli, Möhren, Kartoffeln, Milch, Sahne, Käse) (2,3,7); Bio Knabbergemüse; Schokoladenpudding (Bio Milch) (3)
Donnerstag, 23.05.	Puten Gyros (7), Kurkumareis (Bio Reis), Zaziki (Bio: Quark, Joghurt) (3); Bio Obst	Veggie Gyros (Bio Tofu) (4,7), Kurkumareis (Bio Reis), Zaziki (Bio: Quark, Joghurt) (3); Bio Obst	Veggie Cevapcici (hausgemacht) (Bio Tofu) (1,2,4,7), Tomatenreis (Bio Reis), Ketchup (hausgemacht) (7); Bio Obst
Freitag, 24.05.	Bio Penne (1), Thunfischsoße mit Mais (Bio: Sahne) (3,5,7); Knabbergemüse; Bio Obst	Bio Penne (1), Tomatensoße mit Tofu und Mais (Bio: Tofu) (3,4,7); Knabbergemüse; Bio Obst	Grünkerntaler (hausgemacht) (1,2,7), bunter Kartoffelsalat (Bio: Kartoffeln, Joghurt) (3); Knabbergemüse; Bio Obst
Montag, 27.05.	Indische Hühnersuppe mit Kokosmilch und Bio Reis (7), Bio Vollkornbrot mit Sonnenblumenkernen (1); Bio Knabbergemüse; Bio Obst	Indische Kürbissuppe mit Kokosmilch und Reis (Bio: Kürbis, Reis) (7), Bio Vollkornbrot mit Sonnenblumenkernen (1); Bio Knabbergemüse; Bio Obst	Gratinierte Polenta mit Zucchini und Paprika (Bio: Mais, Zucchini, Paprika) (7), Helle Rosmarin Soße (7); Bio Knabbergemüse; Bio Obst
Dienstag, 28.05.	Wildlachs mit Dillsoße (Bio: Milch, Zwiebeln) (1,3,5,7), Kartoffelpüree (Bio: Kartoffeln, Milch) (3); Möhren Apfel Salat mit Sesam (Bio: Möhren, Apfel) (10)	Gebratener Blumenkohl in Dillsoße (Bio: Milch, Gemüse) (1,3,7), Kartoffelpüree (Bio: Kartoffeln, Milch) (3); Möhren Apfel Salat mit Sesam (Bio: Möhren, Apfel) (10)	Kichererbsen Eintopf mit Kokosmilch, Kartoffeln und Porreestreifen (Bio: Kartoffeln, Gemüse) (7); Möhren Apfel Salat mit Sesam (Bio: Möhren, Apfel) (10)
Mittwoch, 29.05.	Kartoffelpfanne mit Zwiebeln und Ei (Bio: Kartoffeln, Milch) (2,3), Helle Soße mit Mais (7); Knabbergemüse; Bio Obst	Kartoffelpfanne mit Zwiebeln und Ei (Bio: Kartoffeln, Milch) (2,3), Helle Soße mit Mais (7); Knabbergemüse; Bio Obst	Wokgemüsepfanne mit Bio Tofu, Paprika und Bambussprossen (4,7), Bio Reis; Knabbergemüse; Bio Obst
Donnerstag, 30.05.	Kichererbsencremesuppe (Bio: Sahne) (3,7); Grießbrei (Bio: Milch, Grieß) (1,3); Knabbergemüse; Pflaumenkompott aus Bio Pflaumen	Kichererbsencremesuppe (Bio: Sahne) (3,7); Grießbrei (Bio: Milch, Grieß) (1,3); Knabbergemüse; Pflaumenkompott aus Bio Pflaumen	Kichererbsencremesuppe (Bio: Sahne) (3,7); Bio Kaiserschmarren (1,2,3); Knabbergemüse; Pflaumenkompott aus Bio Pflaumen
Freitag, 31.05.	Buntes Gemüse in Meerrettichsoße (Bio: Gemüse, Sahne) (3,7), Bio Kartoffeln; Weißkohlsalat mit Äpfeln, Möhren (Bio: Weißkohl, Äpfel, Möhren), Sesamdressing (10)	Buntes Gemüse in Meerrettichsoße (Bio: Gemüse, Sahne) (3,7), Bio Kartoffeln; Weißkohlsalat mit Äpfeln, Möhren (Bio: Weißkohl, Äpfel, Möhren), Sesamdressing (10)	Linsentaler (hausgemacht) (1,2,7) mit Quark (Bio: Quark, Milch) (3) und Leinöl; Weißkohlsalat mit Äpfeln, Möhren (Bio: Weißkohl, Äpfel, Möhren), Sesamdressing (10)