

Küche SEHER

einfach. echt. lecker.

Menüplan

Startphase
gesunde
küche

18. – 22. November 2024

Montag

MENÜ:
Gemüsesuppe ^{G,A}

Penne mit Thunfisch/Tomatensauce
Blattsalat ^{A,C}

JAUSE:

OBST

Dienstag

MENÜ:
Rindsgulasch mit Spätzle
^{A,G}

Kuchen mit Hadenmehl ^{A,C,G}

JAUSE:

Joghurt

Mittwoch

MENÜ:
Bohnensuppe ^{L,A}

Gemüsefleckerl mit
Käse überbacken, Blattsalat ^{A,C}

JAUSE:

Brot mit Aufstrich

Donnerstag

MENÜ:
Faschierter-Braten (Rind), Kartoffel
Erbsen-Karottengemüse ^{G,L,A}

Natur Joghurt mit Früchten ^G

JAUSE:

Brot mit Gurken und Butter

Freitag

MENÜ:
Nudelsuppe ^{A,C,L}

Gemüsepfanne mit Vollkornreis/Curry
Salat ^A

JAUSE:

OBST

100% aus Milchprodukte Österreich (Kärntnermilch), Ei 100% aus Österreich (Lapus),
Huhn WECH Österreich, Gemüse regional Fr, Robitsch
Alle selbstgemachten Teige und Nudeln enthalten 25% Vollkorn