

LEICHT UND FIT

Speiseplan vom 19.08. - 25.08.2019

KW 34	Montag 19.08.	Dienstag 20.08.	Mittwoch 21.08.	Donnerstag 22.08.	Freitag 23.08.	Samstag 24.08.	Sonntag 25.08.
MITTAG							
Menü			Bunter Salat mit gebratenen Hähnchenstreifen und Vollkornbaguette	Kabeljaufilet auf Wokgemüse mit leichter Soße und Couscous			
Gemüse			gebratenes Gemüse	Karottengemüse Wokgemüse			

Änderungen vorbehalten

LEICHT UND FIT

Speiseplan vom 26.08. - 01.09.2019

KW 35	Montag 26.08.	Dienstag 27.08.	Mittwoch 28.08.	Donnerstag 29.08.	Freitag 30.08.	Samstag 31.08.	Sonntag 01.09.
MITTAG							
Menü	Rinder - geschnetzeltes mit Kartoffeln	Hähnchenspieß mit Kokos - Currysoße und Vollkornreis	Gebratene Garnelen auf Bulgursalat mit Vollkornbaguette	Ofenkartoffel mit Kräuterquark und Grillgemüse			
Gemüse	Mischgemüse Schwarzwurzel	Paprika Blumenkohl	Zucchini Kürbis	Frisches Grillgemüse			