



# Speiseplan

26.01. bis 30.01.2026



Montag	Fisch Nuggets mit Salzkartoffeln und Joghurt-Dill Dip  <b>Gebackener Blumenkohl</b>	d,a1 g a1	Obst	
Dienstag	Brokkoli-Käsesuppe dazu Vollkorn Croutons	g a1	Kirsch-Streusel	a1,g,c
Mittwoch	Hähnchenfilet in Parmesanoße mit Cherrytomaten dazu Bio Langkornreis  <b>Gemüse-Reispfanne mit Ei</b>	g c	"Buttermilch-Heidelbeer" Dessert	g
Donnerstag	Bio Nudeln mit Gemüsebolognese dazu geriebener Käse und grüner Salat mit Schmanddressing	a1 g g,j	Obst	
Freitag	<b>Fleischkäś</b> mit Bratkartoffeln und Rahmspinat  <b>Vegetarische Frikadelle</b>	c,g,j,h,7 g a1,m	Fruchtquark	g

