



27.01.- 31.01.2025 Warm	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Suppe	 (V) Perlgraupensuppe A;G;I;J	 (V) Gemüsecremesuppe A;G;I;J	 (V) Gemüsebrühe mit Eierflocken C;I;J	 (V) Gemüsebrühe mit Nudeln A;C;I;J
Dessert			Vanillepudding 	Bio-Erdbeermilchshake mit Flohsamen 
Obst/ Rohkost	 Banane	 Bio-Mandarine		
Menü I Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat	 *Rindergulasch mit Paprika A;I;J		(V) Gemüse-Käsesterne mit Tomatensoße A;C;G;I;J	
Menü II Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat		 (V) Spaghetti mit Käsesoße A;C;G;I;J		(V) Pfannkuchen mit Zimt-Zucker und Erdbeermarmelade A;C;G
Sättigungsbeilage I				
Sättigungsbeilage II	 Spätzle A;C		Kleine Röstli 	
Gemüsebeilage	  Blumenkohl			 Apfelmus
Salat		  Rohkostsalat I;J	 Blattsalat	
Salatdressing	 Joghurtdressing 0,5 L C;G;I;J			
Wissenswertes	<p><i>Das Rindfleisch ist ein wichtiger Nährstofflieferant. Eiweiß, Vitamin A, Vitamin B, Eisen, Zink und Selen – diese Inhaltsstoffe finden sich alle im Rindfleisch.</i></p>		<p><i>Die Gemüsebrühe enthält Eisen, das die Bildung der roten Blutkörperchen anregt - daher hilft es Anämien zu vermeiden.</i></p>	
 = Vegan				