























27.01.- 31.01.2025 Warm	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<b>Suppe</b>	 (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
<b>Dessert</b>			Vanillepudding 	Bio-Erdbeermilchshake mit Flohsamen 
<b>Obst/ Rohkost</b>	 Banane	 Bio-Mandarine		
<b>Menü I</b> Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat	 *Rindergulasch mit Paprika A;I;J		(V) Gemüse-Käsesterne mit Tomatensoße A;C;G;I;J	
<b>Menü II</b> Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat		 (V) Spaghetti mit Käsesoße A;C;G;I;J		(V) Pfannkuchen mit Zimt-Zucker und Erdbeermarmelade A;C;G
<b>Sättigungsbeilage I</b>				
<b>Sättigungsbeilage II</b>	 Spätzle A;C		Kleine Röstli 	
<b>Gemüsebeilage</b>	  Blumenkohl			 Apfelmus
<b>Salat</b>		  Rohkostsalat I;J	 Blattsalat	
<b>Salatdressing</b>	 Joghurtdressing 0,5 L C;G;I;J			
<b>Wissenswertes</b>	<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> = Vegan</p>		<p><i>Die Gemüsebrühe enthält Eisen, das die Bildung der roten Blutkörperchen anregt - daher hilft es Anämien zu vermeiden.</i></p>	