

| Montag. 06.11 | Dienstag. 07.11 | Mittwoch. 08.11 | Donnerstag. 09.11 | Freitag. 10.11 |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| Würstchen-Gulasch (G,aw,c,f,g,i,j,2,3,8) in Tomaten (BIO,i)-Ragout | Eieromlette (a,c,g,i,j) mit Rahmspinat (Bio, a,g) | Rahmpilz-Geschnetzeltes (a,g,i) vom BIO-Rind (BIO,R) | Tofugeschnetzeltes (aw,f,i) in Gemüsesoße (BIO; aw,g,i) | Kichererbsen (aw,c,g,h,i,m) und Gemüse (BIO,i) mit Lachs und Seelachs (F,d) |
| Nudeln (BIO,aw) | Salzkartoffeln (BIO) | Langkornreis (BIO,FT) | Vollkornnudeln (BIO,a) | Nudeln (BIO,aw) |
| Grillgemüse-Pfanne - Zucchini, Paprika, Mais, Tomaten (BIO,aw,g,i) | Gurken-Dill-Quark (BIO, g,i) mit Leinöl | Ragout (a,g,i) aus Kürbis, Mais und Möhrchen (BIO,i) | Gemüse-Eintopf (BIO,a,g,i) | Frischkäsesoße (BIO,a,g,i) mit Paprika und Frühlingszwiebeln (BIO,i) |
| Nudeln (BIO,aw) | Salzkartoffeln (BIO) | Langkornreis (BIO,FT) | Vollkornnudeln (BIO,a) | Nudeln (BIO,aw) |
| Tagesobst (BIO) | Rohkostsalat (BIO) | Quark (BIO,g) mit Vanille+ Orange | Joghurt (BIO,g) mit Früchten | Tagesobst (BIO) |

| Montag. 13.11 | Dienstag. 14.11 | Mittwoch. 15.11 | Donnerstag. 16.11 | Freitag. 17.11 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Geflügel-Frikadellen Bällchen (G,a,c,f,g,i,j) mit Letschogemüse (BIO, a,g,i) | Grießbrei (BIO,a,g,h) mit Fruchtsoße (a,g,i) | Tomaten-Gemüsesoße (a,g,i) mit BIO Rinderhack (BIO,R) und geriebenem Käse (BIO,g) | Chili-Sin-Carne (a,g,h,i,m) - Bohnen, Mais, Paprika, Tomaten, Zwiebeln | Fischcurry vom Seelachs (F,a,g,d) in Gemüsesoße - Möhren, Erbsen (BIO,i) |
| Salzkartoffeln (BIO) | | Nudeln (BIO,aw) | Vollkornreis (BIO,FT) | Nudeln (BIO,aw) |
| Zucchini Kräutersoße (BIO,a,g,i) | Käse-Lauch-Soße (BIO,a,g,i) | Vegetarische Tomaten-Gemüsesoße (a,g,i) und geriebenem Käse (BIO,g) | Kohlrabi-Möhren-Eintopf (BIO,aw,g,i) | Kräuter-Gemüsesoße - Erbsen, Karotten, Sellerie, Zwiebeln (BIO,aw,g,i) |
| Salzkartoffeln (BIO) | Langkornreis (BIO,FT) | Nudeln (BIO,aw) | Vollkornbrot (BIO,aw,ar,g,h,i,k) | Nudeln (BIO,aw) |
| Tagesobst (BIO) | Rohkostsalat (BIO) | Schokoladenpudding (g) | Joghurt (BIO,g) mit Erdbeeren | Tagesobst (BIO) |

| Montag. 20.11 | Dienstag. 21.11 | Mittwoch. 22.11 | Donnerstag. 23.11 | Freitag. 24.11 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| Hähnchen-Kebab-Pfanne (G,aw,h,c,f,g,i,j) - Mais, Erbsen, Zwiebeln (BIO,i) und Tzatziki (BIO, g) | Süßkartoffel (BIO)-Kichererbsen-Ragout (aw,c,g,h,i,m) | Szegediner-Gulasch (a,g,i) mit Sauerkraut und Zwiebeln (BIO), BIO-Rinderstreifen (BIO,R) | Brokkoli-Blumenkohl-Gratin (BIO) in Sahnesoße (BIO,a,g,i) | Thunfisch (F,d) in Gemüse (BIO)-Tomatensoße (aw,g,i) |
| Langkornreis (BIO,FT) | Nudeln (BIO,aw) | Stampfkartoffeln (BIO,g) | Vollkornreis (BIO,FT) | Nudeln (BIO,aw) |
| Cremiges Gemüse (BIO,i)-Curry (aw,g,i) | Linsenbolognese (aw,c,g,h,i,m) mit Tomaten, Karotten und Sellerie (BIO,i) | Gemischte Pilz (BIO,i)-Pfanne (aw,g,i) | Braune-Linsen-Gemüse- Eintopf (BIO,aw,g,i,m) | Karotten und Erbsen (BIO,i)- in Estragonsoße (a,g,i) |
| Langkornreis (BIO,FT) | Nudeln (BIO,aw) | Stampfkartoffeln (BIO,g) | Vollkornbrot (BIO,aw,ar,g,h,i,k) | Nudeln (BIO,aw) |
| Tagesobst (BIO) | Rohkostsalat (BIO) | Vanillepudding (g) | Joghurt (BIO,g) mit Kirschen | Tagesobst (BIO) |

| Montag. 27.11 | Dienstag. 28.11 | Mittwoch. 29.11 | Donnerstag. 30.11 | Freitag. 01.12 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Streifen von der Hähnchenbrust (G) in Basilikumsoße (a,g,i) mit Möhregemüse (BIO,i) | Vorsuppe: Tomatensüppchen (BIO,aw,g,i) | Chili-Con-Carne - Bohnen, Mais, Paprika, Tomaten, Zwiebeln(a,g,h,i,m) mit BIO-Rindfleisch (BIO,R) | Sojahack (f) in Tomaten (BIO)-Ragout (a,g,i) mit geriebenem Käse (BIO,g) | Backfisch - Seelachs - (F,aw,c,d,g,i,k) mit Remouladensoße (a,g,i,j) und Brokkoli |
| Nudeln (BIO,aw) | Gefüllter Kirsch-Hefekloß mit warmer Vanillesoße (aw,c,f,g,h,i) | Langkornreis (BIO,FT) | Vollkornnudeln (BIO,aw) | Salzkartoffeln (BIO) |
| Käse-Gemüse-Soße (BIO,aw,c,g,i) | Fruchtige Karoffel-Kürbis (BIO)-Pfanne (a,g,i) mit Honig-Aioli-Dip (a,g,i) | Kartoffel Paprika (BIO)-Gulasch (a,g,i) | Süßkartoffel-Kürbis-Eintopf (BIO,aw,g,i) | Veganer Backfisch (aw,c,d,g,i,k) mit Brokkoli |
| Nudeln (BIO,aw) | | Langkornreis (BIO,FT) | Vollkornbrot (BIO,aw,ar,g,h,i,k) | Salzkartoffeln (BIO) |
| Tagesobst (BIO) | Rohkostsalat (BIO) | Quark (BIO) mit Schokoflocken (g) | Joghurt (BIO,g) mit Früchten | Tagesobst (BIO) |