

Plan 6

Kalenderwoche : 3

Woche allgemein

14.01.2019 - 18.01.2019

		Hausmannskost	Vegetarisch	Wochengericht	Leicht und bekömmlich	Vollkost	vegetarisch	Essanfänger (10 - 18 Monate)
Mo	14.01.	Tortellini Rind a1,c,f Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Tortellini a1,c,f BIO Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Obst	Hähnchenbrust in Kräutersoße a1,g Pariser Karotten Spätzle a1,c Obst	Tortellini Rind a1,c,f Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Tortellini a1,c,f BIO Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Tortellini a1,c,f BIO Tomatensoße a1 Fenchelgemüse Obst
Di	15.01.	Putenbrust- Roulade "Brokkoli" a1, c Karotten in Rahm a1,i Vollkornnudeln (Albgold Bio) a1, c Haselnusspudding g	Mexikanisches Sojaragout mit Vollkorn-Gemüsenudeln (Albgold Bio) a1,c,i Haselnusspudding g	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Haselnusspudding g	Schweineschnitzel "natur" Bratensoße Kohlrabigemüse a1,g Kartoffeln Haselnusspudding g	Putenbrust- Roulade "Brokkoli" a1, c Karotten in Rahm a1,i Vollkornnudeln (Albgold Bio) a1, c Haselnusspudding g	Mexikanisches Sojaragout mit Vollkorn-Gemüsenudeln (Albgold Bio)a1,c,i Haselnusspudding g	Hähnchenbrust gewürfelt Rahmsoße a1,g Nudeln a1 Kartottengemüse Haselnusspudding g
Mi	16.01.	Fischfilet im Backteig a1,d,g,j Kartoffeln (Bio) Remouladensoße g,j Gurkensalat Obst BIO	Gemüse- Knusperbagel a1, a5, i Joghurt dip g Kartoffeln (Bio) Gurkensalat Obst BIO	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Obst BIO	Ragout vom Schwein a1 Brokkoli Stampfkartoffeln Obst BIO	Fischfilet im Backteig a1,d,g,j Kartoffeln (Bio) Remouladensoße g,j Gurkensalat Obst BIO	Gemüse- Knusperbagel a1, a5, i Joghurt dip g Kartoffeln (Bio) Gurkensalat Obst BIO	Gurkensticks Pfannküche a1, c,g mit Rindfleischhaschee a1,j Obst BIO
Do	17.01.	Geflügelnuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Sojanuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Fischfilet in Dillrahmsoße a1,g Salzkartoffeln Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Geflügelnuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Sojanuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Seelachs natur Kräutersoße a1,g,j Kartoffeln (Bio) Brokkoligemüse Birne-Quitte-Mascarpone Creme
Fr	18.01.	Spaghetti (Bio) a1, g mit Rinderhackfleischbällchen a1,j in Tomatensoße a1 Salat Obstsalat	Spaghetti (Bio) a1, g Tomatensoße a1 geriebener Emmentaler g Salat Obstsalat	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Obstsalat	Gedünstetes Rindfleisch in Kräutersoße a1,g Frühlingsgemüse Reis Obstsalat	x	Spaghetti (Bio) a1, g Tomatensoße a1 geriebener Emmentaler g Salat Obstsalat	Kartoffel- Gemüseintopf i mit Putenwiener (geschnitten) Obstsalat



Täglich frisch auf den Tisch



Menü

Für die Woche vom **14.01.2019 - 18.01.2019**

	Hausmannskost	Vegetarisch	Wochengericht	Leicht und bekömmlich
Montag 14.01.	Tortellini Rind a1,c,f Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Tortellini a1,c,f BIO Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Obst	Hähnchenbrust in Kräutersoße a1,g Pariser Karotten Spätzle a1,c Obst
Dienstag 15.01.	Putenbrust- Roulade "Brokkoli" a1, c Karotten in Rahm a1,i Vollkornnudeln (Albgold Bio) a1, c Haselnusspudding g	Mexikanisches Sojaragout mit Vollkorn-Gemüsenudeln (Albgold Bio) a1,c,i Haselnusspudding g	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Haselnusspudding g	Schweineschnitzel "natur" Bratensoße Kohlrabigemüse a1,g Kartoffeln Haselnusspudding g
Mittwoch 16.01.	Fischfilet im Backteig a1,d,g,j Kartoffeln (Bio) Remouladensoße g,j Gurkensalat Obst BIO	Gemüse- Knusperbagel a1, a5, i Joghurt dip g Kartoffeln (Bio) Gurkensalat Obst BIO	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Obst BIO	Ragout vom Schwein a1 Brokkoli Stampfkartoffeln Obst BIO
Donnerstag 17.01.	Geflügel nuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Sojanuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Fischfilet in Dillrahmsoße a1,g Salzkartoffeln Birne-Quitte-Mascarpone Creme
Freitag 18.01.	Spaghetti (Bio) a1, g mit Rinderhackfleischbällchen a1,j in Tomatensoße a1 Salat Obstsalat	Spaghetti (Bio) a1, g Tomatensoße a1 geriebener Emmentaler g Salat Obstsalat	Paella Spanische Reispfanne (Hühnerfleisch, Meeresfrüchte, Seelachsfilet, Gemüse) Obstsalat	Gedünstetes Rindfleisch in Kräutersoße a1,g Frühlingsgemüse Reis Obstsalat

Änderungen vorbehalten

Guten Appetit

AWOKADO

Zeppelinstr. 6 76275 Ettlingen

Telefon: 07243 - 3240883 E-Mail: awokado@awo-karlsruhe.de



Menü

14.01.2019 - 18.01.2019



	Vollkost	Fleischlose Kost
Montag 14.01.	Tortellini Rind a1,c,f Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Tortellini a1,c,f BIO Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst
Dienstag 15.01.	Putenbrust- Roulade "Brokkoli" a1, c Karotten in Rahm a1,i Vollkornnudeln (Albgold Bio) a1, c Haselnusspudding g	Mexikanisches Sojaragout mit Vollkorn-Gemüsenudeln (Albgold Bio)a1,c,i Haselnusspudding g
Mittwoch 16.01.	Fischfilet im Backteig a1,d,g,j Kartoffeln (Bio) Remouladensoße g,j Gurkensalat Obst BIO	Gemüse- Knusperbagel a1, a5, i Joghurdip g Kartoffeln (Bio) Gurkensalat Obst BIO
Donnerstag 17.01.	Geflügelnuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i	Sojanuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme
Freitag 18.01.	x	Spaghetti (Bio) a1, g Tomatensoße a1 geriebener Emmentaler g Salat Obstsalat

Änderungen vorbehalten

AWOKADO 07243 - 3240883



Menü

Kindertagesstätten

vom 14.01.2019 - 18.01.2019



	Vollkost	Fleischlose Kost	Essanfänger *
Montag 14.01.	Tortellini Rind a1,c,f Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Tortellini a1,c,f BIO Käsesoße a1,c,g mit Erbsen Eisbergsalat mit Mais Obst	Tortellini a1,c,f BIO Tomatensoße a1 Fenchelgemüse Obst
Dienstag 15.01.	Putenbrust- Roulade "Brokkoli" a1, c Karotten in Rahm a1,i Vollkornnudeln (Albgold Bio) a1, c Haselnusspudding g	Mexikanisches Sojaragout mit Vollkorn-Gemüsenudeln (Albgold Bio)a1,c,i Haselnusspudding g	Hähnchenbrust gewürfelt Rahmsoße a1,g Nudeln a1 Karottengemüse Haselnusspudding g
Mittwoch 16.01.	Fischfilet im Backteig a1,d,g,j Kartoffeln (Bio) Remouladensoße g,j Gurkensalat Obst BIO	Gemüse- Knusperbagel a1, a5, i Joghurtdip g Kartoffeln (Bio) Gurkensalat Obst BIO	Gurkensticks Pfannküchle a1, c,g mit Rindfleischhaschee a1,j Obst BIO
Donnerstag 17.01.	Geflügel nuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Sojanuggets Kartoffelpüree g,7,3, Karotten- Erbsen in Rahm a1,i Birne-Quitte-Mascarpone Creme	Seelachs natur Kräutersoße a1,g,j Kartoffeln (Bio) Brokkoligemüse Birne-Quitte-Mascarpone Creme
Freitag 18.01.	x	Spaghetti (Bio) a1, g Tomatensoße a1 geriebener Emmentaler g Salat Obstsalat	Kartoffel- Gemüseintopf i mit Putenwiener (geschnitten) Obstsalat

Änderungen vorbehalten

AWOKADO TEL. 07243-3240883

* Achtung! Die Menükomponente "Essanfänger" wird speziell für Kinder von 10 - 18 Monate angeboten. Das Essen ist salzarm, wenig gewürzt, an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung orientiert und kann nicht für Kinder ab 3 Jahren bestellt werden.