

Plan 1

Kalenderwoche : 42

Woche allgemein

15.10.2018 - 19.10.2018

		Hausmannskost	Vegetarisch	Wochengericht	Leicht und bekömmlich	Vollkost	vegetarisch	Essanfänger (10 - 18 Monate)
Mo	15.10.	Hähnchenragout a1,g,i mit bunten Gemüse Penne Tricolore (Bio) a1 Möhren- Apfel Rohkost Obst	Soja Nuggets a1 Sour- Cream g Tomatenreis Möhren- Apfel Rohkost Obst	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Obst	Spätzlepfanne mit Gemüsewürfe Lammhacksteak a1,c Bratensoße a1 Salat Obst	Hähnchenragout a1,g,i mit bunten Gemüse Penne Tricolore (Bio) a1 Möhren- Apfel Rohkost Obst	Soja Nuggets a1 Sour- Cream g Tomatenreis Möhren- Apfel Rohkost Obst	Hähnchenragout a1,g,i mit bunten Gemüse Penne Tricolore (Bio) a1 Obst
Di	16.10.	Jumbo- Fischstäbchen a1,c,d,j Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Eieromelette,c,e,f,g,h Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Quarkcreme Banane g	Putensteak natur Bratensoße a1 BIO Vollkornnudeln a1 Blumenkohl in weißer Soße a1,g Quarkcreme Banane g	Jumbo- Fischstäbchen a1,c,d,j Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Eieromelette,c,e,f,g,h Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Karottenrohkost Blumenkohl in Bechamelsoße a1,g Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Quarkcreme Banane g
Mi	17.10.	Hähnchenbrustfilet Zwiebel- Senfsoße a1,g,j Gemüse- Reis i BIO Obst	Nudelsuppe mit Gemüse a1,c,i,j Grießbrei a1,g mit heißen Kirschen BIO Obst	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln BIO Obst	Schweinesteak Rahmsoße BIO Nudeln a1(c,f) Endiviensalat BIO Obst	Tomatensuppe Schupfnudeln Sauerkraut Birne	Tomatensuppe Schupfnudeln Apfelmus Birne	Grießbrei mit Apfelmus Birne
Do	18.10.	Rindergulasch a1 BIO Vollkornnudeln a1 Endiviensalat Naturjoghurt g	Kartoffeltaschen "Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat Joghurdressing Naturjoghurt g	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Naturjoghurt g	Hacksteak mit Zwiebelsoße Kartoffelsalat Grüner Salat Naturjoghurt g		Kartoffeltaschen "Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat Joghurdressing Naturjoghurt g	Hirseklipse Schnittlauchsoße Karottengemüse Naturjoghurt g
Fr	19.10.	Rostbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelsalat (9) grüner Salat Bananen	Süßkartoffel-Amaranth Burger a1 Schnittlauchsoße a1. g,i Pastinaken- Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Bananen	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Bananen	gedünstetes Fischfilet (Seehecht, Seelachs) Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln Bananen	Geflügelbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelsalat (9) grüner Salat Bananen	Süßkartoffel-Amaranth Burger a1 Schnittlauchsoße a. g,i Pastinaken- Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Bananen	Gurkensticks mit Dip Vollkornpannküchle mit Rinderhaschee Bananen



Täglich frisch auf den Tisch



Menü

Für die Woche vom

15.10.2018 - 19.10.2018

	Hausmannskost	Vegetarisch	Wochengericht	Leicht und bekömmlich
Montag 15.10.	Hähnchenragout a1,g,i mit bunten Gemüse Penne Tricolore (Bio) a1 Möhren- Apfel Rohkost Obst	Soja Nuggets a1 Sour- Cream g Tomatenreis Möhren- Apfel Rohkost Obst	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Obst	Spätzlepfanne mit Gemüsewürfel a1,i Lammhacksteak a1,c Bratensoße a1 Salat Obst
Dienstag 16.10.	Jumbo- Fischstäbchen a1,c,d,j Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Eieromelette,c,e,f,g,h Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Quarkcreme Banane g	Putensteak natur Bratensoße a1 BIO Vollkornnudeln a1 Blumenkohl in weißer Soße a1,g Quarkcreme Banane g
Mittwoch 17.10.	Hähnchenbrustfilet Zwiebel- Senfsoße a1,g,j Gemüse- Reis i BIO Obst	Nudelsuppe mit Gemüse a1,c,i,j Grießbrei a1,g mit heißen Kirschen BIO Obst	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln BIO Obst	Schweinesteak Rahmsoße BIO Nudeln a1(c,f) Endiviensalat BIO Obst
Donnerstag 18.10.	Rindergulasch a1 BIO Vollkornnudeln a1 Endiviensalat Naturjoghurt g	Kartoffeltaschen "Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat Joghurtdressing Naturjoghurt g	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Naturjoghurt g	Hacksteak mit Zwiebelsoße Kartoffelsalat Grüner Salat Naturjoghurt g
Freitag 19.10.	Rostbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelsalat (9) grüner Salat Bananen	Süßkartoffel-Amaranth Burger a1 Schnittlauchsoße a1. g.i Pastinaken- Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Bananen	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Bananen	gedünstetes Fischfilet (Seehecht, Seelachs) Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln Bananen

Änderungen vorbehalten

Guten Appetit

AWOKADO

Zeppelinstr. 6 76275 Ettlingen

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



Menü

15.10.2018 - 19.10.2018



	Vollkost	Fleischlose Kost
Montag 15.10.	Hähnchenragout a1,g,i mit bunten Gemüse Penne Tricolore (Bio) a1 Möhren- Apfel Rohkost Obst	Soja Nuggets a1 Sour- Cream g Tomatenreis Möhren- Apfel Rohkost Obst
Dienstag 16.10.	Jumbo- Fischstäbchen a1,c,d,j Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Eieromelette,c,e,f,g,h Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g
Mittwoch 17.10.	Tomatensuppe Schupfnudeln Sauerkraut Birne	Tomatensuppe Schupfnudeln Apfelmus Birne
Donnerstag 18.10.	x	Kartoffeltaschen "Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat Joghurtdressing Naturjoghurt g
Freitag 19.10.	Geflügelbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelsalat (9) grüner Salat Bananen	Süßkartoffel-Amaranth Burger a1 Schnittlauchsoße a. g.i Pastinaken- Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Bananen

Änderungen vorbehalten

AWOKADO 07243 - 3240883



Menü Kindertagesstätten vom 15.10.2018 - 19.10.2018



	Vollkost	Fleischlose Kost	Essanfänger *
Montag 15.10.	Hähnchenragout a1,g,i mit bunten Gemüse Penne Tricolore (Bio) a1 Möhren- Apfel Rohkost Obst	Soja Nuggets a1 Sour- Cream g Tomatenreis Möhren- Apfel Rohkost Obst	Hähnchenragout a1,g,i mit bunten Gemüse Penne Tricolore (Bio) a1 Obst
Dienstag 16.10.	Jumbo- Fischstäbchen a1,c,d,j Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Eieromelette,c,e,f,g,h Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Karottenrohkost Blumenkohl in Bechameloße a1,g Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Quarkcreme Banane g
Mittwoch 17.10.	Tomatensuppe Schupfnudeln Sauerkraut Birne	Tomatensuppe Schupfnudeln Apfelmus Birne	Grießbrei mit Apfelmus Birne
Donnerstag 18.10.	 Naturjoghurt g	Kartoffeltaschen "Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat Joghurtdressing Naturjoghurt g	Hirseklipse Schnittlauchsoße Karottengemüse Naturjoghurt g
Freitag 19.10.	Geflügelbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelsalat (9) grüner Salat Bananen	Süßkartoffel-Amaranth Burger a1 Schnittlauchsoße a. g.i Pastinaken- Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Bananen	Gurkensticks mit Dip Vollkornpfannkühle mit Rinderhaschee Bananen

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.