

Plan 1

Kalenderwoche : 50

Woche allgemein

10.12.2018 - 14.12.2018

		Hausmannskost	Vegetarisch	Wochengericht	Leicht und bekömmlich	Vollkost	vegetarisch	Essanfänger (10 - 18 Monate)
Mo	10.12.	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	Gabelspaghetti a1,c Gemüseragout a1,i Obst
Di	11.12.	Jumbo- Fischstäbchen a1,c,d,j Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Eieromelette,c,e,f,g,h Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln Quarkcreme Banane g	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Quarkcreme Banane g	Putensteak natur Bratensoße a1 BIO Vollkomnudeln 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	12.12.	Hähnchenbrustfilet Zwiebel- Senfsoße a1,g,j Gemüse- Reis i BIO Obst	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Sauerkraut BIO Obst	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln BIO Obst	Schweinesteak Rahmsoße BIO Nudeln a1(c,f) Endiviensalat BIO Obst	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Sauerkraut Birne	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Apfelmus 3 Birne	Schupfnudeln a1,c Apfelmus 3 Birne
Do	13.12.	Rindergulasch a1 BIO Vollkomnudeln a1 Endiviensalat Naturjoghurt g	Kartoffeltaschen (Bio Demeter) " Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat mit Joghurdressing Naturjoghurt g	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Naturjoghurt g	Hacksteak mit Zwiebelsoße Kartoffelsalat Endiviensalat Naturjoghurt g	x	Kartoffeltaschen (Bio Demeter) " Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat mit Joghurdressing Naturjoghurt g	Lachsfilet Rahmspinat a1,g Kartoffelschnee Naturjoghurt g
Fr	14.12.	Rostbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Wirsing a1,g,i 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 Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Wirsing a1,g,i Bananen	Süßkartoffel-Amaranth Burger a1 Schnittlauchsoße a. g,i Pastinaken- Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Bananen	Kartoffel-Möhrentopf a1-5,g mit Wurstscheibchen j Bananen



Täglich frisch auf den Tisch



Menü

Für die Woche vom 10.12.2018 - 14.12.2018

	Hausmannskost	Vegetarisch	Wochengericht	Leicht und bekömmlich
Montag 10.12.	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 11.12.	Jumbo- Fischstäbchen a1,c,d,j Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln (BIO) Quarkcreme Banane g	Eieromelette,c,e,f,g,h Rahmspinat a1,g Salzkartoffeln 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 12.12.	Hähnchenbrustfilet Zwiebel- Senfsoße a1,g,j Gemüse- Reis i BIO Obst	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Sauerkraut BIO Obst	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln BIO Obst	Schweinesteak Rahmsoße BIO Nudeln a1(c,f) Endiviensalat BIO Obst
Donnerstag 13.12.	Rindergulasch a1 BIO Vollkornnudeln a1 Endiviensalat Naturjoghurt g	Kartoffeltaschen (Bio Demeter) " Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat mit Joghurtdressing Naturjoghurt g	Zwiebelrostbraten a1 Speckbohnen i Bratkartoffeln Naturjoghurt g	Hacksteak mit Zwiebelsoße Kartoffelsalat Endiviensalat Naturjoghurt g
Freitag 14.12.	Rostbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Wirsing a1,g,i 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

10.12.2018 - 14.12.2018



	Vollkost	Fleischlose Kost
Montag 10.12.	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 11.12.	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 12.12.	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Sauerkraut Birne	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Apfelmus 3 Birne
Donnerstag 13.12.	x	Kartoffeltaschen (Bio Demeter) " Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat mit Joghurtdressing Naturjoghurt g
Freitag 14.12.	Geflügelbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Wirsing a1,g,i 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 10.12.2018 - 14.12.2018



	Vollkost	Fleischlose Kost	Essanfänger *
Montag 10.12.	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	Gabelspaghetti a1,c Gemüseragout a1,i Obst
Dienstag 11.12.	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 Bechamelsonsoße a1,g Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Quarkcreme Banane g
Mittwoch 12.12.	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Sauerkraut Birne	Tomatensuppe Schupfnudeln a1,c Apfelmus 3 Birne	Schupfnudeln a1,c Apfelmus 3 Birne
Donnerstag 13.12.	x	Kartoffeltaschen (Bio Demeter) "Tomate- Mozzarella" g gemischter Salat mit Joghurtdressing Naturjoghurt g	Lachsfilet Rahmspinat a1,g Kartoffelschnee Naturjoghurt g
Freitag 14.12.	Geflügelbratwurst Bratensoße a1 Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Wirsing a1,g,i Bananen	Süßkartoffel-Amaranth Burger a1 Schnittlauchsoße a. g.i Pastinaken- Kartoffelpüree g,7,3,(a1-5,c,f,i,j) Bananen	Kartoffel-Möhrentopf a1-5,g mit Wurstscheibchen j 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.