Montag

1: Rinderbällchen und Bio-Brokkoli-Sahnesauce, dazu Bio-Vollkorn-Spirelli



2: Vollkornreis mit Kürbis-Möhren-Gemüse in Kräutersauce 100 % Bio

Auswahl von Gurke, Paprika, Karotte

Dienstag

1: Bio-Milchreis mit Bio-Apfelmus, dazu Bio-Zimt-Zucker
Vorsuppe: Erbsencremesuppe

2: Ravioliauflauf mit Paprika und Gouda 100 % Bio

Auswahl von Gurke, Paprika, Karotte; Bio-Obst

Mittwoch

1: Bio-Spätzle mit Champignon-rahm und Bio-Kohlrabigemüse

2: Senfei in Sauce, dazu Bio-Kaisergemüse und Bio-Salzkartoffeln

Gurkensalat; Bio-Johannisbeerjoghurt

Donnerstag

1: Im Ofen gegarte Fischfrikadelle (Seelachs), dazu Bio-Erbsen, Bio-Schnittlauch-Sahnesauce und Bio-Dinkelreis

2: Kichererbsen-Karotten-Eintopf mit Kartoffeln 100 % Bio

Salat mit Apfel-Vinaigrette und Kürbiskernen; Bio-Obst

Freitag

1: Blumenkohl-Cremesuppe, dazu Baguette 100 % Bio

2: Spaghetti mit fruchtige Tomatensauce, dazu geriebener Gouda 100 % Bio

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika



Bild von MissyWhimsyArt auf Pixabay



Zimt ist nicht nur ein leckeres Gewürz, sondern wirkt auch noch entzündungshemmend. Auch bei Bauchweh kann es krampflösend sein.



leckerlogisch.
Speiseplan
02.11. - 06.11.26

FORUM esswirtschaft

Zertifiziert durch DE-ÖKO-003 Öko-Kontrollstelle DE-BE-003-10061-V. Bei Fragen zu Allergenen und Nährwerten wenden Sie sich gerne an unsere Mitarbeiter.

Montag

1: Linsenbolognese mit Vollkornspaghetti, dazu Gouda 100 % Bio

2: Kürbis-Kichererbsencurry, dazu Vollkornreis 100 % Bio

Auswahl von Gurke, Paprika, Karotte; Bio-Obst

Dienstag

1: Butter-Kartoffeln mit Kräuterquark, dazu Gurkensalat & Leinöl 100 % Bio

2: Gebratene Polenta mit Tomaten-Paprika-Gemüse und Gouda überbacken 100 % Bio

Neues Gericht

Auswahl von Gurke, Paprika, Karotte

Mittwoch - Mottotag

Sankt-Martins-Tag

1: Putenragout (Bio-Pute), mit Karotten-Apfel-Gemüse & Bio-Kartoffeln

2: Bio-Kartoffelklöße mit vegetarische Bratensauce, Rotkraut

Krautsalat

Bild von Katherine Gomez auf Pixabay

Donnerstag

1: Lachs in Senfsauce, dazu Erbsen und Bio-Reis

2: Bio-Penne mit hausgemachtem Pesto, dazu geriebener Bio-Gouda & Coleslaw-Salat

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika; Bio-Obst

Freitag

1: Farfalle mit Spinatsauce, dazu Gouda 100 % Bio

2: Eierfrikassee mit Bio-Karotten und -Erbsen in cremiger Sauce, dazu Bio-Parboiledreis

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika; Bio-Mangojoghurt



Bild von Ylanite_NietjuhArt auf Pixabay

leckerlogisch.

Speiseplan

09.11. - 13.11.26

FORUM esswirtschaft

Zertifiziert durch DE-ÖKO-003 Öko-Kontrollstelle DE-BE-[illegible] 10061-V. Bei Fragen zu Allergenen und Nährwerten wenden Sie sich gerne an unsere Mitarbeiter.

Bild von BuchArena auf Pixabay

Montag

1: Chili sin Carne mit Gemüse, Schmand & Reis 100 % Bio

2: Vollkornnudeln mit Erbsen-Möhren-Frischkäsesauce 100 % Bio

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika

Dienstag

1: Bio-Kaiserschmarrn, dazu fruchtiges Bio-Apfelmus, warme Bio-Vanillesauce, Vorsuppe: Karotten-Kartoffelsuppe

2: Bulgur-Gemüse-Pfanne (Tomate, Karotte, Zucchini), dazu Gouda 100 % Bio

Coleslaw-Salat; Bio-Obst

Mittwoch

1: Seelachs im Tempura-Backteig, dazu Bio-Letschogemüse und Bio-Kartoffeln

2: Knuspriges Veggie-Schnitzel (Weizen), dazu Bio-Erbsen-Kartoffelstampf, vegetarische Bratensauce

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika

Donnerstag

1: Hühner-Nudel-Suppe mit Gemüse 100 % Bio

2: Erbsen-Kartoffeleintopf mit Möhren 100 % Bio

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika, Bio-Erdbeerjoghurt

Freitag

1: Vollkorn-Nudelauflauf mit Tofu-Bolognese und cremiger Sauce, mit Gouda überbacken 100 % Bio

2: Käsespätzle mit Karottensalat 100 % Bio

Eisbergsalat mit Kirschtomaten mit fruchtigem Himbeerdressing und Bio-Kürbiskernen; Bio-Obst



leckerlogisch.

Speiseplan

16.11. - 20.11.26

FORUM esswirtschaft

Zertifiziert durch DE-ÖKO-003 Öko-Kontrollstelle DE-BE-003-10061-V. Bei Fragen zu Allergenen und Nährwerten wenden Sie sich gerne an unsere Mitarbeiter.

Montag

1: Hähnchengeschnetzeltes in Zucchini-Frischkäsesauce, Vollkorn-Spaghetti 100 % Bio

2: Vollkornnudelsuppe mit Gemüse, dazu Vollkornbrot 100 % Bio

Auswahl von Gurke, Paprika, Karotte

Dienstag

1: Blumenkohl-Weiße-Bohnen-Gemüse in Kokos-Limettensauce, dazu Reis & Kräuter-Joghurt-Dip 100 % Bio

2: Gemüse-Tortellini mit Käse-Sahnesauce 100 % Bio

Rotkohlsalat, Bio-Obst

Mittwoch

1: Lachs in Bio-Brokkoli-Sahnesauce, dazu Bio-Penne

2: Gebackene Süßkartoffel und Ofenpaprika, dazu Kräuterquark 100 % Bio

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika

Donnerstag

1: Farfalle mit Erbsen in Käsesauce 100 % Bio

2: Bunte Gemüsepfanne in fruchtiger Tomatensauce, dazu Gnocchi & geriebener Gouda 100 % Bio

Bio-Salat mit Bio-Joghurtdressing & Sesam; Bio-Obst

Freitag

1: Spiegelei mit Bio-Rahmspinat und Bio-Kartoffeln

2: Kartoffel-Kürbiscremesuppe mit Baguette 100 % Bio

Auswahl von Bio-Karotte, Bio-Gurke, Bio-Paprika; Bio-Erdbeerjoghurt



Bild von magnific

leckerlogisch.
Speiseplan
23.11. - 27.11.26

FORUM esswirtschaft

Zertifiziert durch DE-ÖKO-003 Öko-Kontrollstelle DE-BE-003-10061-V. Bei Fragen zu Allergenen und Nährwerten wenden Sie sich gerne an unsere Mitarbeiter.

Bild von BuchArena auf Pixabay