

Speiseplan Juli 2024				veggi/ vegan
1	Mo	Puten-Ananas Gulasch ^{8/18/22} , Reis, Salat ^{8/17}	Eis ¹⁷	
2	Di	vegetarisches Moussaka ¹⁷ , Salat ^{8/17}	Quarkspeise ¹⁷	☼
3	Mi	Indische Hack-Gemüse-Pfanne ^{17/18/20/22} , Reis, Salat ^{8/17}	Apfelschnee ¹⁷	
4	Do	Lauch-Auflauf mit Schafskäse ^{17/18/22} Salat ^{8/17}	Himbeer-Apfel-Grütze ^{4/17/22}	☼
5	Fr	Kichererbsen-Curry-Pfanne ¹⁸ , Brot ²²	Obst ⁹	⚙
6				
7				
8	Mo	Hähnchenbrust mit Spinat ¹⁷ Nudeln ²² , Salat ^{8/17}	Himbeer-Joghurt- Dessert ^{4/17}	
9	Di	Bratwurst, Gemüsesalat ^{8/17} , Kartoffeln	Obst ⁹	
10	Mi	Nudeln mit Knobipilzen ^{17/18/22} Salat ^{8/17}	Rote Grütze mit Vanille ^{4/17/22}	☼
11	Do	Fisch mit Apfel-Meerrettich ^{2/17/23} Kartoffeln, Salat ^{8/17}	Obst ⁹	
12	Fr	Vegetarischer Bohneneintopf ^{8/17/18} , Brot ²²	Quarkspeise ¹⁷	☼
13				
14				
15	Mo	Rinder-Gulasch ^{8/22} , Kartoffeln, Salat ^{8/17}	Eis ¹⁷	
16	Di	Spaghetti mit Tofu- Bolognese ^{18/22} , Salat ^{8/17}	Schoko-Quark-Creme ^{17/19/20/22/29}	☼
17	Mi	Fischcurry mit Früchten ^{2/17/18/23} , Reis, Salat ^{8/17}	Obst ⁹	
18	Do	Putengeschnetzeltes in Senf Rahm ^{6/17/22/26} Spätzle ^{19/22} , Salat ^{8/17}	Joghurtcreme ^{1/2/4/17}	
19	Fr	Veg. Gemüseragout mit Gnocchi ^{17/22}	Quarkspeise ¹⁷	☼
20				
21				
22	Mo	Asiat. Gemüse mit Tofu ^{1/3/22/29} , Reis, Salat	Obst ⁹	☼
23	Di	gebackene Sesamkartoffeln ²⁷ Knobiquark ^{8/17/18} , Salat ^{8/17}	Vanille-Quark-Creme ^{12/17}	☼
24	Mi	vegetarisches Frikassee ^{17/29} , Reis, Salat ^{8/17}	Schwarzwälder Dessert ^{17/19/20/22/29}	☼
25	Do	Lachs-Spinat-Auflauf ^{8/12/17/18/22/23} , Salat ^{8/17}	Obst	
26	Fr	Kohlrabi-Eintopf ^{17/25} , Würstchen, Brot ²²	Mocca Quark ^{13/17}	☼
27	Sa			
28	So			
29	Mo	Pikantes Hähnchenragout ^{2/8/10/17/19/26} , Zartweizen ²² Salat ^{8/17}	Eis ¹⁷	
30	Di	Veg. Blumenkohl-Auflauf ^{2/17/22} , Salat ^{8/17}	Rote Grütze mit Vanillesoße ^{4/17/22}	☼
31	Mi	Fischfilet in Senfsoße ^{22/23/26} , Kartoffeln, Salat ^{8/17}	Obst	

☼ = Speisen mit diesem Zeichen sind vegetarisch

Änderungen am Speiseplan bleiben vorbehalten!