

Speiseplan Pfarrheim KW 38

	Essen 1	Essen 2 Vegetarisch	Glutenfrei	Extra Obst- Salat
Montag 15.09.2025	Bulgur Pfanne ,Gemüse Curry ^{a,1,2,3,4b,c,d,g,i,j,f} (Wirsing, Zwiebeln, Karotten, Mais, Paprika und gegrillte Auberginen)			Rohkost zum selber schneiden
Dienstag 16.09.2025		Gemüse-Lasagne mit Käse überbacken ^{a,a1,c,g,f}		Schokopudding im Becher
Mittwoch 17.09.2025	Bio Vollkornnudeln  ^{a,a1,c} mit Bolognese Soße, Bio-Rindfleisch  und Bio Gemüsen 	Veg, Tortellini ^{a,a1,c,g} , Auflauf mit Tomaten-Kräutersauce		Obst
Donnerstag 18.09.2025	Jumbo Fischstäbchen ^{a,a1,a2,a3,a4,b,c,d,f,g,i,j} Kartoffel  Stampf ^g , Remoulade ^g	Gemüse-Lasagne mit Käse überbacken ^{a,a1,c,g,f}		Salat
Freitag 19.09.2025	Geflügelbratwurst, ^{a,a1,a2,a3,a4,f,g,i,j} Bratensauce, Bio Reis 	5 Stk Bio Hirse-Linsen-Bällchen  ^{a,a1,c,g,i,f} mit Kartoffel  lstampf mit Limetten Dip ^{c,g}	Glutenfreie Nudeln Tomatensauce bunten  Gemüsen	Salat