









Speiseplan Pfarrheim KW 51

	Essen 1	Essen 2 Vegetarisch	Glutenfrei	Extra Obst- Salat
Montag 15.12.2025	Bio Eieromelette  c,g,h1,2,3,4,5,6,7,8 mit Bio- Rahmspinat  Steinofen- Baguette ^{a,a1,a3}			Rohkost zum selber schneiden
Dienstag 16.12.2025	5 Stk Mini Bio Köttbullar  (Rind), Preiselbeersoße Langkornreis	Gemüsetaler ^{a,a1,a4} Risi- Bisi- Vollkornreis Limetten-Dip ^g		Fruchtjoghurt im Becher
Mittwoch 17.12.2025	Bio Hähnchen  -Gulasch mit Zwiebeln  , Paprika  und Salz-Kartoffeln	Vollkornnudeln ^{a,a1,c,f} Auflauf mit Bio Spinat  und Sauce bechamel		Obst
Donnerstag 18.12.2025	Karotten  -Ingwer-Orangen Cremesuppe Steinofen Baguette ^{a,a1,a3}			
Freitag 19.12.2025	Reis mit einer Thunfisch-Tomatensauce		Reis mit einer Thunfisch- Tomatensauce	Salat