

Essensplan der Kita Gartengewann

Woche	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1	Omlett mit Spinat und Kartoffelpüree	Putengulasch mit Naturreis und Brokkoli	Wirsing Eintopf mit Klößchen und Vollkornbrot	Tortelloni mit Käsefüllung und fruchtiger Tomatensoße sowie Salat	Fischfrikadelle mit Stampfkartoffeln und Rahmsoße sowie Salat
2	Kalbsgeschnetzeltes in Sahnesoße mit Spätzlenudeln und Salat	Bunte Reis-Gemüse-Pfanne mit Hähnchen und Salat	Bio-Gemüse Eintopf und Vollkornbrot	Hähnchenfilet naturelle mit Zucchini-Tomatengemüse und Schupfnudeln	Schlemmerfilet mit Kartoffelgratin und Salat
3	Hühnerfrikassee mit Langkornreis und Salat	Vollkornnudeln mit Zucchinisoße und Salat	Brokkolicremesuppe mit Vollkornbrot	Geflügelbratwurst mit Rotkraut und Kartoffelpüree	Fischklößchen in fruchtiger Tomatensoße mit Kräuterkartoffeln
4	Geflügelklößchen in Gemüse-Joghurt-Soße, Vollkornnudeln und Salat	Grünkernküchle mit Salzkartoffeln und Kohlrabigemüse	Tomatensuppe mit Klößchen und Reis sowie Vollkornbrot	Rinderragout mit Karottengemüse und Spiralnudeln	Knusperfisch mit Reis und Salat
5	Pizza mit Putensalami und Salat	Kalbsbraten in feiner Soße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree	Bio-Kartoffel-Möhren-Eintopf	Reibekuchen mit Apfelmus und Rohkostplatte	Pangasiusfilet in feiner Soße mit Reis und Gemüse
6	Putenfrikadellen mit Schwarzwurzelgemüse in heller Soße und Stampfkartoffeln	Lasagne mit Geflügelhackfleisch und Salat	Vegetarischer Nudleintopf und Geflügelbockwürstchen sowie Vollkornbrot	Würstchengulasch in Tomatensoße mit Pommes Frites und Salat	Fischnuggets mit buntem Gemüsereis und Salat