

## Essensplan der Kita Gartengewann

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Spinat mit Kartoffelpüree und Omelette	Truthahngulasch mit Naturreis und Brokkoli	Reisgemüse Eintopf, dazu Vollkornbrot	Tortelloni mit Käsefüllung mit fruchtiger Tomatensauce und Salat	Fischfrikadellen mit Stampfkartoffeln, Rahmsauce und Salat
Kalbshacksteak mit Spätzlenudeln und Salat	Ravioli mit Rucola in Kräutersahnesauce und Salat	BIO-Hühnereintopf, dazu Vollkornbrot	Vegetarische Gemüsebolognese mit Schupfnudeln und Salat	Schlemmerfilet mit Gemüsereis, heller Sauce und Salat
Hühnerfrikassee mit Langkornreis und Salat	Vollkornnudeln mit Zucchinisauce und Salat	Brokkolicremesuppe, dazu Vollkornbrot	Rotkraut mit Kartoffelpüree und Geflügelbratwurst	Fischklößchen in fruchtiger Tomatensauce, dazu Kräuterkartoffeln und Salat
Geflügelklößchen in Gemüse-Joghurt-Sauce mit Vollkornnudeln und Salat	Gemüestabchen mit Salzkartoffeln, Erbsen und Karotten	Tomatensuppe mit Klößchen und Reis, dazu Vollkornbrot	Gemüsemaultaschen in fruchtiger Tomatensauce, dazu Salat	Knusperfisch mit Kartoffelrösti und Salat
Pizza mit Putensalami, Salat und Rohkost	Putenfrikadellen mit Ampelgemüse und Stampfkartoffeln	Vegetarischer Nudleintopf	Reibekuchen mit Apfelmus und Rohkostplatte	Pangasiusfilet in feiner Sauce mit Gemüse und Reis
Vegetarische Röllchen mit Frischkäse, Pariser Karotten und Salzkartoffeln	Lasagne mit Geflügelhackfleisch und Salat	BIO-Kartoffel-Möhren-Eintopf mit Geflügelbratwurstchen und Vollkornbrot	Würstchengulasch in Tomatensauce mit Pommes Frites und Salat	Fischnuggets und Spinat-Kartoffel-Auflauf

Änderungen sind uns vorbehalten.