



SONNENMAHL – GUTES ESSEN FÜR KLEINE MÜNDER

## MENÜPLAN FÜR OKTOBER

FREIE SCHULE

<b>40. KW</b>	<b>VOM 02.10. BIS 06.10.</b>	<b>-</b>	<b>FERIEN</b>	
<b>41. KW-</b>	<b>VOM 09.10. BIS 13.10.</b>	<b>-</b>	<b>FERIENBETREUUNG</b>	
Mo	Penne, Tomatensoße, Käse		Eisbergsalat mit Feta	<input type="radio"/>
Di	Parboiled Reis, Ei-Senf-Ragout		Knabbergemüse	<input type="radio"/>
Mi	Milchreis, Zimtucker,		Apfelmus	<input type="radio"/>
Do	Wurzelgemüse in Sahnesoße, Reis		Obst	<input type="radio"/>
Fr	Gemüsecremesuppe, Mehrkornbrot		Schokoquark	<input type="radio"/>
<b>42. KW -</b>	<b>VOM 16.10. BIS 20.10.</b>			
Mo	Volanti, Spinatpesto, Parmesan		Blumenkohlsalat	<input type="radio"/>
Di	Parboiled Reis, Vollkornbratling, Erbsen in Sahnesoße		Obst	<input type="radio"/>
Mi	Butterkartoffeln, Kräuterquark, Tomatensalat		Bemmchen-Brotchips	<input type="radio"/>
Do	Kartoffel-Sauerkraut-Auflauf mit Bergkäse, Roggenbrot		Rotkohl-Orangen-Rohkost	<input type="radio"/>
Fr	veg. Linsen-Eintopf, Roggenbrot		Fruchtjoghurt	<input type="radio"/>
<b>43. KW -</b>	<b>VOM 23.10. BIS 27.10.</b>			
Mo	Spirelli, Käse-Sahne-Soße mit Zucchiniwürfel		Möhre-Apfel-Salat	<input type="radio"/>
Di	Basmatireis, Brokkoli-Tofu-Pfanne, Erdnussoße		Obst	<input type="radio"/>
Mi	Kartoffeln, Rahmspinat, Rührei		Knusperbrezel	<input type="radio"/>
Do	veg. Hoppel-Poppel, Ketchup		Saft	<input type="radio"/>
Fr	Muskatkürbis-Suppe, Kürbiskernbrot		Kartoffelpuffer, Zimtucker	<input type="radio"/>
<b>44. KW -</b>	<b>VOM 30.10. BIS 31.10.</b>			
Mo	Brückentag			
Di	FEIERTAG			

### VOR- UND ZUNAME: \_\_\_\_\_

BESTELLUNG BITTE ABGEBEN BIS ZUM **22.09.2017**

GERN AUCH ALS FAX AN: 0341 / 25 35 784

ODER PER MAIL AN: kontakt@sonnenmahl.de

Die Inhaltsangabe der Allergene entnehmen Sie bitte dem Plan auf unserer Homepage [www.sonnenmahl.de](http://www.sonnenmahl.de)

Abbestellungen bis 8:00 Uhr unter: - [www.sonnenmahl.de](http://www.sonnenmahl.de) - 0341 / 25 35 783 - [kontakt@sonnenmahl.de](mailto:kontakt@sonnenmahl.de)