



## 48. KW – VOM 01.12.



Fr	Kartoffel-Kürbis-Gulasch, Mischbrot	Bratapfel mit Vanillesoße	<input type="radio"/>
----	-------------------------------------	---------------------------	-----------------------

## 49. KW – VOM 04.12. BIS 08.12.

Mo	Spirelli, Tomatensoße mit Zucchini, Reibekäse	Gurkensalat	<input type="radio"/>
Di	Basmatireis, Kürbis-Kokos-Curry mit Tofu	Mandarine	<input type="radio"/>
Mi	Kartoffeln, Rührei, Rahmspinat	Adventsgebäck	<input type="radio"/>
Do	vegetarisches Hoppel-Poppel, Ketchup	Weißkohlrohkost	<input type="radio"/>
Fr	Kartoffel-Grünkohl-Eintopf mit Tofu-Knackwürstchen	Laugengebäck	<input type="radio"/>

## 50. KW – VOM 11.12. BIS 15.12.



Mo	Schupfnudelpfanne mit Zucchini und Paprika, Käsesoße	Multivitaminsaft	<input type="radio"/>
Di	Basmatireis, Azukibohnenpfanne afrikanische Art	Erdbeerquark	<input type="radio"/>
Mi	überbackene Stampfkartoffeln mit Dinkel und Kaisergemüse	Blumenkohlsalat	<input type="radio"/>
Do	Thermogetreide; Mischgemüse, Linsentaler	Gemüsesalat mit Feta	<input type="radio"/>
Fr	Muskatkürbis-Kartoffel-Suppe, Kürbiskernbrot	Rote Fruchtgrütze mit Vanillesoße	<input type="radio"/>

## 51. KW – VOM 18.12. BIS 22.12.



Mo	Penne, Tomatensoße, Reibekäse	Zitronen-Quarkspeise	<input type="radio"/>
Di	Parboiled Reis, Tomaten-Paprika-Soße, Vollkorntaler	Obst	<input type="radio"/>
Mi	Backkartoffeln mit Ratatouille und Knoblauchdip	Feine Möhrenrohkost	<input type="radio"/>
Do	Couscous, orientalische Gemüseterrine	Schweinsöhrchen	<input type="radio"/>
Fr	Grießbrei, Zimtzucker, Apfelmus	Banane	<input type="radio"/>

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

BESTELLUNG BITTE ABGEBEN BIS ZUM 23.11.2017

GERN AUCH ALS FAX AN: 0341 / 25 35 784

ODER PER MAIL AN: kontakt@sonnenmahl.de

**Das Sonnenmahl wünscht allen kleinen und großen Menschen frohe Advents- und Weihnachtstage mit guter Erholung sowie ausreichend Zeit für Musestunden und Gemeinsamkeit.**