



SONNENMAHL – GUTES ESSEN FÜR KLEINE MÜNDER

MENÜPLAN FÜR FEBRUAR

05. KW – vom 01.02. bis 04.02.

Di	Parboiled Reis, Fischragout in Dillsoße	Knabbergemüse oder Gemüsesalat
Mi	Kartoffelpüree, Sauerkraut, Nürnberger Bratwürstchen	Saft
Do	Buchweizen-Gemüse-Pfanne, Sahnesoße oder: Basmatireis, überbackener Blumenkohl, Sahnesoße	Schokoquark
Fr	Erbsen-Creme-Suppe, Dinkelbrot	Obstdessert oder Apfelmus

06. KW – vom 07.02. bis 11.02.

Mo	Volanti, Käse-Sahne-Soße mit Blattspinat	Erdbeerjoghurt
Di	Basmatireis, Rote-Linsen-Dal, Pfannengemüse	Kakaomilch
Mi	Kartoffeln, Eiragout in Senfsoße	Eisbergsalat oder Apfel
Do	Kartoffelpüree, Räuberpfanne (Würstchen-Ragout)	Apfelsaft
Fr	Hühnchen-Nudel-Suppe, Baguette	Obst

07. KW – vom 14.02. bis 18.02.

Mo	Penne, Tomatensoße, Käse	Stracciatellajoghurt
Di	Basmatireis, Thai-Gemüse-Tofu-Curry	Winterkuchlein mit Hafer und Apfel
Mi	Kartoffeln, Rührei, Rahmspinat	Möhre-Apfel-Salat
Do	Stampfkartoffeln, Kaisergemüse, Boulette vom Rind	Mandarine
Fr	Rübchen-Eintopf mit Rindfleisch, Roggenbrot oder: Kartoffel-Rübchen-Cremesuppe mit Rindfleisch, Roggenbrot	Kirsch-Quarkspeise

08. KW – vom 21.02. bis 25.02.

Mo	Spirelli, Spinatpesto, Parmesan	Obst
Di	Parboiled Reis, mediterranes Grillgemüse, Zaziki	Zitronenkuchen
Mi	Kartoffelpüree, Backfisch, Tomatensoße	Gurkensalat
Do	Hoppel-Poppel, hausgemachter Ketchup	roter Zwergensaft
Fr	vegetarischer Linsen-Eintopf, Mehrkornbrot oder: Gemüsecremesuppe, Mehrkornbrot	Joghurt Mango-Vanille

09. KW – vom 28.02.

Mo	Penne, Tomatensoße, Reibekäse	Chicoréesalat oder Banane
----	-------------------------------	---------------------------