



## MENÜPLAN FÜR JULI

---

### 26. KW – vom 01.07.

Fr	Sommergemüseintopf mit Wildreis, Dreikornbrot	Vanille-Mango-Joghurt oder Obst
	Oder: Sommergemüse-Cremesuppe mit Wildreis, Dreikornbrot	

### 27. KW – vom 04.07. bis 08.07.

Mo	Penne, Käse-Sahne-Soße mit gebackener Zucchini (püriert)	Knabbergemüse oder Gemüsesalat
	oder: Penne, Tomatensoße, Reibekäse	
Di	Basmatireis, provenzalische Sommer-Ratatouille mit Feta	Erdbeerjoghurt
Mi	Butterkartoffeln, Kräuterquark, Gurken-Tomaten-Salat	Dinkel-Grissini mit Sesam
Do	Kartoffelpüree, Räuberpfanne (mit Wiener Würstchen)	Obstkompott
Fr	Tomaten-Gerste-Suppe mit Minze, Baguette	Schokopudding

### 28. KW – vom 11.07. bis 15.07.

Mo	Volanti, Spinatpesto, Parmesan	Tomatensalat mit Basilikum
	Oder Volanti, Tomatensoße, Reibekäse	oder Snacktomaten
Di	Parboiled Reis, Rote-Linsen-Dal, gebackener Blumenkohl	Schokoquark
Mi	Kartoffeln, Rührei	Gurkensalat
Do	Sonnenmahl-Pizza Salami	Multivitaminsaft
Fr	Schmorgurkentopf mit Rindfleisch, Roggenvollkornbrot	Hirseküchlein mit Kirschsoße

### 29. KW – vom 18.07. bis 22.07. – 1. FERIEWOCHE

Mo	Spirelli, Tomatensoße, Käse	Stracciatellajoghurt
Di	Reis und Kornfix, Kaisergemüse, Dinkelbratling	Melone
Mi	Kartoffeln, sächsisches Senffleisch (Rindergulasch mit Pumpnickel)	Gemüsesalat o. Knabbergemüse
Do	Milchreis, Zimtucker, Apfelmus	Banane
Fr	Möhre-Kartoffel-Fisch-Eintopf, Finnenbrot	Vanillepudding mit Beerensoße

### 30. KW – vom 25.07. bis 29.07. – 2. FERIEWOCHE

Mo	Gnocchipfanne, Zucchini-Tomaten-Soße, Parmesan	Tomatenviertel oder Apfel
Di	Basmatireis, kalte Joghurt-Gurken-Suppe	veganer Kirschmuffin
Mi	Kartoffeln, Eiragout in Senfsoße	Eisbergsalat mit Orange-Honig-Dressing oder Obst
Do	Kartoffelpüree, afrikanische Bohnenpfanne ohne Erdnussmus	Zitronen-Joghurtdrink
	Oder Kartoffelpüree, afrikanische Bohnenpfanne mit Erdnussmus	
Fr	Spitzkohleintopf mit Rindfleisch, Roggensauerteigbrot	Fruchtkaltschale, Zwieback
	oder Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen	