

# ESSENSPLAN BÄRENHÖHLE

<b><u>Montag</u></b> <b>KW 25</b>	15.06.	Vollkornspiralnudeln mit Tomatensauce „Napoli“ dazu Gurkensalat Dessert: Obst
<b><u>Dienstag</u></b>	16.06	Vegetarisches Chili sin Carne mit Soja-Hack, Mais, Bohnen, Erbsen und Paprika dazu Reis Dessert: Joghurt
<b><u>Mittwoch</u></b>	17.06	Hähnchengulasch in Rahmsauce mit Paprika dazu Kartoffeln Vegetarisch: Rührei mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln Dessert: Schokopudding
<b><u>Donnerstag</u></b>	18.06	Ravioli mit Käsefüllung und Spinat-Cremesauce Dessert: Obst
<b><u>Freitag</u></b>	19.06	Panierter Seelachs mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Vegetarisch: überbackene vegetarische Maultaschen mit Kartoffeln, Karotten, Zwiebeln in einer Kräutersauce Dessert: Quark mit Äpfeln
<b><u>Montag</u></b> <b>KW 26</b>	22.06	Gulasch „ungarisch“ von der Hähnchenbrust mit einer Paprika-Tomaten-Bratensauce dazu Spätzle Vegetarisch: Drillinge mit Kräuterquark dazu Blattsalat und Essig-Öl-Dressing Dessert: Obst
<b><u>Dienstag</u></b>	23.06	Hühnerfrikassee mit Spargel, Erbsen dazu Reis Vegetarisch: Vegetarisches Frikassee mit Sojastreifen, Champignons, Spargel, Erbsen dazu Reis Dessert: Cassisjoghurt
<b><u>Mittwoch</u></b>	24.06	Spiralnudeln „Bolognese“ mit Soja-Hack und Gemüsewürfeln dazu einen grünen Salat mit Joghurtdressing Dessert: Gebäck
<b><u>Donnerstag</u></b>	25.06	Hühnersuppe mit Suppengemüse aus Möhren, Sellerie, Lauch und Reis Vegetarisch: Penne mit einer fruchtigen Tomaten-Mozzarella-Sauce und Basilikum Obst: Obst
<b><u>Freitag</u></b>	26.06	Hot-Dog Tag

*Allergen und Inhaltsstoffe können beim Küchenpersonal erfragt werden*

# ESSENSPLAN BÄRENHÖHLE

<b><u>Montag</u></b> KW 27	29.06.	Nudeln mit Brokkolirahmsauce dazu Blattsalat mit Joghurtdressing Vegetarisch: Hähnchengeschnetzeltes mit Paprika und Erbsen dazu Salzkartoffeln Dessert: Obst
<b><u>Dienstag</u></b>	30.06.	Chicken Nuggets mit süßsaurer Sauce dazu Reis und Gurkensalat Vegetarisch: Gnocchi gratiniert mit Tomatensauce-Basilikumsauce mit geriebenem Gouda Dessert: himbeerjoghurt
<b><u>Mittwoch</u></b>	01.07.	Geflügelhacksteak dazu Rahmmöhren und Kartoffeln Vegetarisch: Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Dessert: Rohkost
<b><u>Donnerstag</u></b>	02.07.	Linseneintopf mit Kartoffeln und Gemüse aus Möhren, Sellerie und Lauch, dazu eine Putenbockwurst und ein Stück Baguette Dessert: Ungesüßter Quark mit Kirschen
<b><u>Freitag</u></b>	03.07.	Panierter Seelachs mit Remoulade dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat Vegetarisch: Ravioli mit Ricotta-Spinatfüllung in einer Kräuter- Käsesauce