

Auszug aus unserem 6-Wochen-Plan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Salat/ Rohkost		Rohkost mit Kräuterquark		Blattsalat nach Saison mit Hausdressing	
Speiseplan nach DGE	Putenrahm- geschnetzeltes mit Gemüse <small>(was das Feld hergibt)</small> & Spätzle	Ravioli „spinaci“ mit Tomatensoße	Kabeljau Nuggets mit Salsa dazu Kartoffeln & Gemüse aus dem Ofen	Pasta mit Gemüsebolognese & Reibekäse <small>(zum selber raufmachen 🍷)</small>	Erseneintopf mit Vollkorn-Semmerl
Alternativer Speiseplan	Käsespätzle mit Gemüse <small>(was das Feld hergibt)</small>		Kartoffeln & Gemüse aus dem Ofen mit Salsa		Erseneintopf mit Schnippelwienerl & Vollkorn-Semmerl
Dessert	Obst nach Jahreszeit	Vanillepudding	Sabine`s Schokokuchen	Tropi-frutti Smoothie	Kaiserschmarrn mit Apfelmus