

Speisekarte

Montag	
Suppe	Karottensuppe mit Koriander
Hauptgericht	Schweinefleisch-Eintopf
Beilage	inklusive
Gemüse	Spinatpüree
Diät	Seehecht gekocht
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Kürbissuppe
Hauptgericht	Heilbutt mit grüner Kräutersosse
Beilage	Erbsenreis
Gemüse	Kopfsalat mit Mais
Diät	Hähnchensteak gegrillt
Beilage	Nudeln glutenfrei

Mittwoch	
Suppe	Spinatsuppe
Hauptgericht	Putenfleisch mit Chili
Beilage	Reis
Gemüse	Karottenpüree
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Brokkolisuppe
Hauptgericht	Seehecht Tortilha
Beilage	Bohnensalat
Gemüse	inklusive
Diät	Putensteak
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Blumenkohlsuppe mit Koriander
Hauptgericht	Fusilli Bolognese Gemüse mit Hülsenfrüchte
Beilage	inklusive
Gemüse	Karotten gerieben
Diät	Putensteak
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Rote-Bohnen-Suppe
Hauptgericht	Hähnchen Orientalisch
Beilage	Kartoffelpüree
Gemüse	Brokkoli
Diät	Gekochter Seehecht
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Sommerliche Gemüsesuppe
Hauptgericht	"Meia Desfeita" Kartoffel und Thunfisch
Beilage	inklusive
Gemüse	Gedünstete Erbsen
Diät	Gebrat. Hähnchenschelk natürliche Art
Beilage	Nudeln glutenfrei

Mittwoch	
Suppe	Zuchinisuppe
Hauptgericht	Hähnchen Tandoori
Beilage	Vollkornnudeln
Gemüse	inklusive
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Koriandersuppe
Hauptgericht	Asiatischer Heilbutt
Beilage	Erbsenreis
Gemüse	Kopfsalat mit Mais
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Tomatensuppe
Hauptgericht	Erbsen mit gekochten Eiern
Beilage	inklusive
Gemüse	Karotten gerieben
Diät	Gekochte Birne
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Brunnenkressensuppe
Hauptgericht	Hähnchenreis Valenc.
Beilage	inklusive
Gemüse	Brokkoli
Diät	Seehecht gekocht
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Grüne-Bohnen-Suppe
Hauptgericht	Penne Thunfisch mit Oliven
Beilage	inklusive
Gemüse	Griechischer frischer Salat
Diät	Gebrat. Hähnchenschelk natürliche Art
Beilage	Nudeln glutenfrei

Mittwoch	
Suppe	Gemüsesuppe
Hauptgericht	Kalbfiletsch-Fleischklößchen
Beilage	Dunkler Reis
Gemüse	Spinatpüree
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Karottensuppe mit Koriander
Hauptgericht	Fischragout mit Seehecht und Heilbutt
Beilage	inklusive
Gemüse	Kopfsalat
Diät	Putensteak
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Brokkolisuppe
Hauptgericht	Vegetarischer Eintopf
Beilage	Vollkornnudeln
Gemüse	inklusive
Diät	Gekochter Barsch
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Linsensuppe
Hauptgericht	Penne Hähnchen Marj.
Beilage	inklusive
Gemüse	Spinatpüree
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Spinatsuppe
Hauptgericht	Lauchauflauf "à bras"
Beilage	Karottenreis
Gemüse	Griechisches Gemüse
Diät	Hähnchensteak gegrillt
Beilage	Nudeln glutenfrei

Mittwoch	
Suppe	Zuchinisuppe
Hauptgericht	Chinesische Nudeln mit Hähnchen
Beilage	inklusive
Gemüse	Kopfsalat mit Mais
Diät	Gekochter Seehecht
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Sommerliche Gemüsesuppe
Hauptgericht	Fusilli Seehecht-Bolognese
Beilage	inklusive
Gemüse	Geriebene Karotten
Diät	Hähnchensteak gegrillt
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Blumenkohlsuppe mit Koriander
Hauptgericht	Vegetarische Reistorte mit Hülsenfrüchte
Beilage	inklusive
Gemüse	Tomatensalat
Diät	Putensteak
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Karottensuppe mit Koriander
Hauptgericht	Penne mit Hähnchen und Nüsse
Beilage	inklusive
Gemüse	Frischer griechischer Salat
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Kichererbsensuppe
Hauptgericht	Heilbutt mit Kräutersosse
Beilage	Hülsenfrüchtereis
Gemüse	Spinatpüree
Diät	Hähnchen-Hamburger
Beilage	Nudeln glutenfrei

Mittwoch	
Suppe	Koriandersuppe
Hauptgericht	Hähnchen-Kartoffeln-Auflauf
Beilage	inklusive
Gemüse	Tomatensalat
Diät	Gekochter Seehecht
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Kürbissuppe
Hauptgericht	Stockfisch mit Sahne
Beilage	inklusive
Gemüse	Grüne Bohnen gekocht
Diät	Gegrillter Hamburger
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Gemüsesuppe
Hauptgericht	Vegetarische Paella
Beilage	inklusive
Gemüse	Brokkoli
Diät	Gegrillter Hähnchensteak
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Tomatensuppe
Hauptgericht	Hähnchenschelk
Beilage	Erbsenreis
Gemüse	Gedünstete Erbsen
Diät	Putensteak
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Hühnersuppe
Hauptgericht	Langbohnen mit Thunfisch
Beilage	inklusive
Gemüse	Grüne Bohnen gekocht
Diät	Hähnchen-Hamburger
Beilage	Nudeln glutenfrei

Mittwoch	
Suppe	Blumenkohlsuppe mit Koriander
Hauptgericht	Hähnchengeschnetzeltes
Beilage	Karottenreis
Gemüse	Kopfsalat
Diät	Barsch gekocht
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Brunnenkressensuppe
Hauptgericht	Heilbutt-Kartoffel-Auflauf
Beilage	inklusive
Gemüse	Römisches Gemüse
Diät	Hähnchensteak gegrillt
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Grüne-Bohnen-Suppe
Hauptgericht	Reis mit Ei und Karotten
Beilage	inklusive
Gemüse	Tomatensalat
Diät	Seehecht gekocht
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Rote-Bohnsuppe
Hauptgericht	Hähncheneintopf
Beilage	inklusive
Gemüse	Griechisches Gemüse
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Linsensuppe
Hauptgericht	Reis mit Ente
Beilage	inklusive
Gemüse	Brokkoli
Diät	Barsch gekocht
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Kichererbsensuppe
Hauptgericht	Hähnchenreis Valenc.
Beilage	inklusive
Gemüse	Griechisches Gemüse
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Kürbissuppe
Hauptgericht	Stockfisch im Ofen mit Kartoffeln
Beilage	inklusive
Gemüse	Spinatpüree
Diät	Hähnchensteak gegrillt
Beilage	Nudeln glutenfrei

Dienstag	
Suppe	Tomatensalat
Hauptgericht	Seehecht Tortilla
Beilage	inklusive
Gemüse	Gedünstete Erbsen
Diät	Gebrat. Hähnchenschenkel natürliche Art
Beilage	Nudeln glutenfrei

Dienstag	
Suppe	Sommerliche Gemüsesuppe
Hauptgericht	Heilbutt mit grüner Kräutersosse
Beilage	Kartoffelpüree
Gemüse	Frischer griechischer Salat
Diät	Gegrillte Hamburger
Beilage	Nudeln glutenfrei

Mittwoch	
Suppe	Spinatsuppe
Hauptgericht	Hähnchenlasagne
Beilage	inklusive
Gemüse	Kopfsalat mit Mais
Diät	Barsch gekocht
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Mittwoch	
Suppe	Winterliche Gemüsesuppe
Hauptgericht	Fusilli Hähnchenbolognese
Beilage	inklusive
Gemüse	Karottenpüree
Diät	Gekochter Barsch
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Mittwoch	
Suppe	Karottensuppe mit Koriander
Hauptgericht	Schweinefleisch-Eintopf
Beilage	inklusive
Gemüse	Kopfsalat mit Mais
Diät	Seehecht gekocht
Beilage	Gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Koriandersuppe
Hauptgericht	Russischer Salat mit Thunfisch
Beilage	inklusive
Gemüse	Brokkoli
Diät	Hähnchensteak gegrillt
Beilage	Reisnudeln

Donnerstag	
Suppe	Brunnenkressensuppe
Hauptgericht	Stockfisch "à homes de Sá" mit Süßkartoffeln
Beilage	inklusive
Gemüse	Tomatensalat
Diät	Gegrillter Hamburger
Beilage	Reisnudeln

Donnerstag	
Suppe	Hühnersuppe
Hauptgericht	Fusilli Seehecht-Bolognese
Beilage	Hülsenfrüchtereis
Gemüse	Kopfsalat
Diät	Putensteak
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Brokkolisuppe
Hauptgericht	Vegetarische Enchilhada
Beilage	inklusive
Gemüse	Kopfsalat
Diät	Seehecht im Wasserdampf
Beilage	Reis

Freitag	
Suppe	Zucchini-suppe
Hauptgericht	Fier mit Spaghetti und Gemüse
Beilage	inklusive
Gemüse	Gekochte grüne Bohnen
Diät	Gebrat. Hähnchenschenkel natürliche Art
Beilage	Reis

Freitag	
Suppe	Blumenkohlsuppe mit Koriander
Hauptgericht	Spinatlasagne mit Ricotta
Beilage	inklusive
Gemüse	Tomatensalat
Diät	Barsch gekocht
Beilage	Reis

*Die gelb markierten Mahlzeiten gelten für Kinder bis 1 Jahr.