



Vegetarisches Essen in dieser Woche

17. - 21. Januar 2022

Montag:

Vollkorn-Spaghetti

mit Tomatensauce

Inhaltsstoffe: V, A1, C, G, I

Dienstag:

Eieromlette mit Blattspinat

Röstzwiebeln und Kartoffelpüree

Inhaltsstoffe: V, A1, C, G, I, 5, 9

Mittwoch:

Klassischer Makkaroniauflauf

in Tomatensauce mit Käse überbacken

Inhaltsstoffe: V, A1, G, J, 5, 9

Donnerstag:

Farfalle

in Käse-Spinat-Sauce

Inhaltsstoffe: V, A1, G, I, 5, 9

Freitag:

gefüllte Kartoffeltaschen

mit Frischkäse dazu Zucchini Gemüse und Püree

Inhaltsstoffe: V, A1, G, I, 4, 5, 9

