

wir kochen



Ev. Lukas
Familienzentrum



Montag 13.04.2026 regulär	Dienstag 14.04.2026	Mittwoch 15.04.2026	Donnerstag 16.04.2026	Wunschtag Rote Gruppe	Freitag 17.04.2026
Paprikasticks, blanchiert		Gurkensalat 2			
Weizen-Vollkornnudeln <i>1, 1a, 5, 8, 10, 13</i>	Roter Linseneintopf (Möhre, Sellerie, Lauch) <i>1, 1a, 2, 5, 8, 9, 10</i>	Kartoffel-Möhren-Puffer-Rauten <i>1, 1a, 1h, 2b, 5</i>	Hackbraten (Rind) <i>1, 1a, 5, 10</i>		Spinat-Lachs "Robin" mit Sahne und Käse <i>2, 5, 6, 8, 10, 20</i>
Bechamelsoße mit Käse <i>2, 20</i>	Brotauswahl, gemischt <i>1, 1a, 1b, 1f, 1g, 2, 5, 8, 10</i>		Couscous <i>1, 1a</i>		Farfalle/Schleifennudeln (Hartweizen) <i>1, 1a</i>
			Brokkoligemüse		
Vanillejoghurt 2	Milchshake mit Bananengeschmack 2	Hirsebrei mit Zimt und Zucker 2	Apfelmus 20		Quarkspeise 2
laktosefrei					
Paprikasticks, blanchiert		Gurkensalat, l´frei 2b, 20			
Weizen-Vollkornnudeln <i>1, 1a, 5, 8, 10, 13</i>	Roter Linseneintopf (Möhre, Sellerie, Lauch) <i>1, 1a, 2, 5, 8, 9, 10</i>	Kartoffel-Möhren-Puffer-Rauten <i>1, 1a, 1h, 2b, 5</i>	Hackbraten (Rind) <i>1, 1a, 5, 10</i>		Spinat-Lachs "Robin" l´frei m. Sahne & Käse <i>2b, 5, 6, 8, 9, 10</i>
Bechamelsoße l´frei mit Käse 2b, 20	Brotauswahl, gemischt <i>1, 1a, 1b, 1f, 1g, 2, 5, 8, 10</i>		Couscous <i>1, 1a</i>		Farfalle/Schleifennudeln (Hartweizen) <i>1, 1a</i>
			Brokkoligemüse		
Vanillejoghurt l´frei 2b, 20	Milchshake l´frei mit Bananengeschmack 2b	Hirsebrei l´frei mit Zimt und Zucker 2b, 20	Apfelmus 20		Quarkspeise l´frei 2b, 20

