

wir kochen



Ev. Lukas
Familienzentrum



Montag 04.05.2026 regulär	Dienstag 05.05.2026	Mittwoch 06.05.2026	Wunschtag Grüne Grünne	Donnerstag 07.05.2026	Freitag 08.05.2026
Kohlrabisalat "a la Ingrid" 2 Weizen-Vollkornnudeln 1, 1a, 5, 8, 10, 13 Tomaten-Thunfisch-Soße mit Parmesan 2b, 6, 20 Quarkspeise 2	Hirsebratlinge mit Joghurt- Kräutersoße 1, 1h, 2, 5 Couscous 1, 1a Kaisergemüse (Blumenkohl/Brokkoli/M 2b Gemischter Obstteller (Apfel,Birne,Ban	Rührei 2, 5 Kartoffelpüree 2 Rahmspinat 2 Vanillepudding 2		Buchstabensuppe 1, 1a, 5, 8, 9, 10 Geflügelwürstchen (Suppeneinlage) 9, 10, 20 Baguettebrot 1, 1a, 1g, 2, 5, 8, 20 Erdbeer-Rhabarber-Kompott	Pizza Margherita (Vollkorn, Tomate,Zucchini,Käse) 1, 1a, 2b, 20 Joghurtshake mit Heidelbeeren 2
laktosefrei					
Kohlrabisalat "a la Ingrid" l`frei 2b Weizen-Vollkornnudeln 1, 1a, 5, 8, 10, 13 Tomaten-Thunfisch-Soße mit Parmesan 2b, 6, 20 Quarkspeise l`frei 2b, 20	Hirsebratlinge mit Joghurt- Kräutersoße l`frei 1, 2b, 5, 20 Couscous 1, 1a Kaisergemüse (Blumenkohl/Brokkoli/M 2b Gemischter Obstteller (Apfel,Birne,Ban	Rührei l`frei 2b, 5, 20 Kartoffelpüree, lactosefrei 2b, 20 Rahmspinat, lactosefrei 2b, 20 Vanillepudding, l`frei 2b, 20		Buchstabensuppe 1, 1a, 5, 8, 9, 10 Geflügelwürstchen (Suppeneinlage) 9, 10, 20 Baguettebrot 1, 1a, 1g, 2, 5, 8, 20 Erdbeer-Rhabarber-Kompott	Pizza Margherita (Vollkorn, Tomate,Zucchini,Käse) 1, 1a, 2b, 20 Joghurtshake l`frei mit Heidelbeeren 2b, 20

