Essensplan

 Tom-Mutters-Schule

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Montag****18.12.** | **Dienstag****19.12.** | **Mittwoch****20.12** | **Donnerstag****21.12** | **Freitag****22.12** |
| Grünkernragout (Blumenkohl,Broccoli & Karotte) mit Bio Reis | Alaska-Seelachsfilet paniert mit Pestosauce dazu Bio-Kartoffeln und Karottensalat | Tortellini gefüllt mit Tomaten Mozarella dazu Tomatensauce und Bio-Blattsalat der Saison  | Frühlingsquark hausgemacht mit Bio-Dampfkartoffeln dazu Gurke  | Hausgemachte Kartoffel-Karotten-Stampf mit vegetarischem Haschee (Soja) und Tomate |
| Joghurt „Kirsche“ | Frisches Obst der Saison | Puddingdessert „Vanille“ | Frisches Obst der Saison | Frische Obst der Saison |