



Fridtjof-Nansen-Schule (JOF)

16.07.2018 - 20.07.2018

Mo

Kartoffelbrei (LK,MN,MP)
Prinzeßbohnen (BO)
dazu frische Butter (MP)
Hähnchenbrustfilet (FL)
Obst


Di

Knabberrohkost
 Spirelli (GL,WE)
Spinatsoße (GL,KN,LK,MN,MP,WE,ZW)
 Schokoreiswaffel (SE,ZU)

Mi

Knabberrohkost
Parboiled Reis
Veg. Nuggets (GL,SJ,WE)
süß-saure Sauce, kalt (5,6,CU,GL,KN,SJ,SW,TO,WE,ZU)
Obst

Do

Gartensalat (5,6,MÖ,SW,ZU,ZW)
Knöpfe (Spätzle) (EI,GL,WE)
Rindsgulasch mit
 **Rind**
(FL,PA,PI,TO,ZW)
Vanillepudding (LK,MP,ZU)

Fr

Knabberrohkost
Kaiserschmarrn (EI,GL,LK,MP,WE,ZU)
dazu Apfelkompott (AP,ZU), kalt
wahlw.: Zimt und Zucker (ZU)