

Fridtjof-Nansen-Schule (JOF)

08.10.2018 - 12.10.2018



Mo

Bunter Blattsalat
dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)
Knöpfe (Spätzle) (EI,GL,WE)
Veg. Gulasch (GL,LK,MP,PA,PI,SJ,TO,WE,ZI,ZW)
Kirschquark (FRU,LK,MP)

Di

Kartoffelbrei (LK,MN,MP)
Gemüsemais
dazu frische Butter (MP)
Hähnchenkeule (FL,PA)
Obst

Mi

Knabberrohkost
 Spirelli (GL,WE)
Tomatensoße Arrabiata
(FRU,KN,PA,TO,ZI,ZW)
 Schoko-Cookie (GL,WE,ZU)

Do

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)
Bechamelkartoffeln
(GL,LK,MP,WE,ZW)
Wildlachs-Frikadelle
(FI,GL,HA,LK,MP,ZW)
Obst

Fr

Knabberrohkost
Basmatireis
Süß-saures Chinagemüse (FRU,GL,PA,SJ,TO,WE,ZI,ZU,ZW)
 Bananenchips (FRU,ZU)

