

Fridtjof-Nansen-Schule (FRID)

03.12.2018 - 07.12.2018

Mo

Knabberrohkost mit Kräuterquarkdip (KN,LK,MP)

Tomatensuppe mit Sternchennudeln

und Geflügelklößchen (EI,FL,GL,LK,MP,TO,WE,ZU,ZW)

Dinkelbrötchen (DI,GL,RO,WE)

 Ernie-Bert-Kekse

(FRU,GL,HA,HO,MP,NÜ,SE,SJ,WE,ZI,ZU)

Di

Kartoffelbrei (LK,MN,MP)

Prinzebohnen (BO)

dazu Kräuterbutter (KN,MP)

Hähnchenkeule (FL,PA)

Obst

Mi

Knabberrohkost

 Spirelli (GL,WE)

Quattro Formaggi (KN,LK,MP,ZW)

Vegane Grüne Götterspeise (1,ZI,ZU)

Do

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)

Bechamelkartoffeln (GL,LK,MP,WE,ZW)

Fischfrikadelle (EI,FI,GL,LK,MP,SF,WE,ZW)

(Alaska Seelachs, Kabeljau, Seelachs, Schellfisch, Seehecht)

Schokoladennikolaus (EN,HN,LK,MP,NÜ,SJ,ZU)

Fr

Eisbergsalat dazu Vinaigrette (5,6,SF,SW,ZU)

Parboiled Reis

Currywurst in Ketchupsoße

(5,CU,FL,KN,MN,PA,SF,TO,ZI,ZU,ZW)

Obst