


Fridtjof-Nansen-Schule (JOF)

19.11.2018 - 23.11.2018

Mo

Möhrensalat (AP,MÖ,ZU,ZI)

 Bunte Spirelli (GL,TO,WE)

Käsesahnesoße (FRU,LK,MP,ZI,ZU,ZW)

Obst

Di

Knabberrohkost

Reis

Hühnerfrikassee mit

 **Huhn**

(ERB,FL,GL,LK,MÖ,MP,WE,ZW)

 Dinkel-Eierwaffel (DI,EI,GL,LK,LU,MP,SJ,ZU)

Mi

Kartoffelbrei (LK,MN,MP)

Gemüsemais

dazu frische Butter (MP)

Backfisch (Alaska-Seelachsfilet) (FI,GL,SF,WE)

Obst

Do

Veg.Türkische Pizzarolle (GL,PA,TO,WE)

dazu Salatmix (MÖ,PA) und Minz-Joghurt (LK,MP,SE)

Müsliriegel

(AP,EN,FRU,GER,GL,HA,HN,HO,LK,MA,MP,NÜ,SE,SJ,WE,ZI,ZU)

Fr

Gurkensalat (5,6,SW,ZU)

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

Veg. Nuggets (GL,SJ,WE)

Obst