

# Fridtjof-Nansen-Schule (JOF)

03.12.2018 - 07.12.2018

Mo

Knabberrohkost  
mit Kräuterquarkdip (KN,LK,MP)  
**Tomatensuppe mit Sternchennudeln** (GL,TO,WE,ZI,  
Dinkelbrötchen (DI,GL,RO,WE)  
 Ernie-Bert-Kekse (FRU,GL,HA,HO,MP,NÜ,SE,SJ,WE,ZI,ZU)

Di

Kartoffelbrei (LK,MN,MP)  
Prinzeßbohnen (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

,ZU,ZW)