

Fridtjof-Nansen-Schule (JOF)

21.09.2020 - 25.09.2020

Mo

Knabberrohkost

 Spirelli (GL,WE)

Tomatensoße (GL,TO,WE,ZU,ZW)

dazu geriebenen Käse (MP)

Vanillequark (LK,MP,ZI,ZU)

Di

Kartoffelbrei (LK,MN,MP)

Spitzkohl (GL,LK,MN,MP,WE,ZW)

Grünkern-Frikadelle (EI,GL,LK,MÖ,MP,WE,ZI,ZW)

Obst

Mi

Weißkrautsalat (5,6,SW,ZU)

Parboiled Reis

Hähnchengyros (FL,KN,ZW)

Tsatsiki (KN,LK,MP)

Obst

Do

Currywurstpita

Knabberrohkost, Currywurst in Tomatensoße


(5,CU,FL,KN,MN,PA,SF,TO,ZI,ZU,ZW), Pitabrötchen (GL,WE,ZU), Eis

 Vital Keks (GL,HA,NÜ,ZU)

Fr

Möhrensalat (AP,MÖ,ZI,ZU)

Nudelauf mit bunten

 **Nudeln** (GL,LK,MP,TO,WE,ZW)

dazu Tomatenketchup (FRU,TO,ZI,ZU,ZW)

Obst

