



Fridtjof-Nansen-Schule (FRID)

27.09.2021-01.10.2021

Mo

Eisbergsalat
dazu Vinaigrette (5,6,**SF,SW**,ZU)
Reis
Hühnerfrikassee mit
 **Huhn**
(**WE,MP**,ERB,FL,GL,LK,MÖ,ZW)
 Hafer-Cookie (**HA,DI**,GL,ZU)

Di

Knabberrohkost
Salzkartoffeln
Backfisch (Alaska-Seelachsfilet)
(**WE,FI,SF**,GL,KN,PA)
dazu Remoulade (1,8,**WE,EI,MP,SF**,GL,LK,ZU)
Obst

Mi

Knabberrohkost
 Penne (**WE**,GL)
Tomatenpesto (**MP**,KN,TO,ZI)
KiBa-Saft (5,FRU,ZI,ZU)

Do

Kartoffelbrei (**MP**,LK,MN)
Prinzeßbohnen (BO)
dazu Kräuterbutter (**MP**,KN)
Sonnenblumenkern-Frikadelle (**HA,MP**,GL,LK,MN,ZW)
Obst

Fr

Knabberrohkost
dazu Kräuterquarkdip (**MP**,KN,LK)
Milchreis (**MP**,LK,ZU)
mit Pflaumensoße (FRU,ZU)

