

# Speiseplan für die 43. Woche vom 21. Oktober bis 25. Oktober 2024

## Montag

Rindergulasch mit frischen roten Paprika und Reis  
Bio-Tofugulasch <sup>5</sup> mit frischen roten Paprika und Reis  
Früchtelassi <sup>6</sup>





## Dienstag

Pasta <sup>1</sup> al Limone <sup>6</sup> mit Chinoa und Parmigiano  
Waldbeerencreme <sup>6</sup>

## Mittwoch

Gegrilltes Fischfilet <sup>3</sup> mit Gratin Dauphinois  
Hausgemachter Seitan mit Gratin Dauphinois  
Mini-Muffins <sup>1</sup>

## Donnerstag

 Hurra, wir haben Herbstferien   
Kastanien sammeln, in der Sonne spazieren gehen  
uuuuund:  
Vorbereitung für die Gruselnacht an Halloween  
 Trick or Treat 

Wir bieten jeden Tag frisch geschnittenes Obst und ein Salatbuffet mit buntem Gemüse und Rohkost an

1= Glutenhaltiges Getreide, 2= Eier, 3= Fisch, 4= Erdnüsse, 5= Soja, 6= Milchprodukte, 7=Schalenfrüchte,  
8= Sellerie, 9= Senf, 10= Sesamsamen