

# SPEISEPLAN

	Do. 25.7.	Fr. 26.7.	Sa. 27.7	So. 28.7.	Mo. 29.7.
<b>Frühstück</b>		Frühstück	Frühstück Bircher Müsli	Frühstück Rührei	Frühstück
<b>Mittag normal</b>		  Gnocchi-Pesto-Salat	Lunch-Pakete	   Nudelsalat	Vesper
<b>Mittag Alternative</b>		  Linsenpasta-Pesto-Salat	 Glutenfreies Brot	 Nudelsalat mit glutenfreien Nudeln	 Glutenfreies Brot
<b>Abend normal</b>	 Penne Brokkoli Joghurt	 Geschnetzeltes mit Reis Salat	  Linsen mit Spätzle	    Rotes-Thai-Curry mit Reis	Vesper / Spaghetti + Tomatensoße (Hajk)
<b>Abend Alternative</b>	  Penne Brokkoli mit Olivenöl und Mandeln, Obst   glutenfreien Nudeln, sonst normal	   vegane Pilzrahmsoße Reis, Salat	  Linseneintopf mit Kartoffeln		 Glutenfreies Brot / Nudeln
<b>Extras</b>	Tee	Obst, Tee	Obst, Tee	Obst, Tee	Obst

vegan:  vegetarisch:  glutenfrei:  laktosefrei: 

# SPEISEPLAN

	Di. 30.7.	Mi. 31.7.	Do. 1.8.	Fr. 2.8.	Sa. 3.8.
<b>Frühstück</b>	Frühstück Hajk	Frühstück Besondere Backware	Frühstück Bircher Müsli	Frühstück	Frühstück
<b>Mittag normal</b>	Vesper	 Kaiserschmarrn	   Bulgursalat	    Kartoffeln mit Dip	Vesper Apfel Müsliriegel
<b>Mittag Alternative</b>	 glutenfreies Brot	   Milchreis mit Pflanzenmilch	 Hirsensalat		
<b>Abend normal</b>	 Kässpätzle Salat	   Grünkernbolognese Pasta Salat	 Maultaschen mit Kartoffelsalat Melone	 Chili-sin Carne Brot Pudding	
<b>Abend Alternative</b>	   Kartoffelbauernpfanne Salat	 Glutenfreie Pasta mit Tomatensoße Salat	  vegane Maultaschen   glutenfreie Maultaschen	 normal + glutenfreies Brot    normal + Obst	
<b>Extras</b>	Obst, Tee	Obst, Tee	Obst, Tee	Obst	

vegan:  vegetarisch:  glutenfrei:  laktosefrei: 