

Speiseplan

Montag	
Suppe	Blumenkohlsuppe mit Koriander
Hauptgericht	Rindfleischklöße
Beilage	Vollkorn-Nudeln
Gemüse	Spinatpüree
Diät	Seehecht im Dampf gegart
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Hühnersuppe
Hauptgericht	Russischer Salat mit Thunfisch
Beilage	Kartoffeln gekocht
Gemüse	im Hauptgericht
Diät	Hähnchensteack gegrillt
Beilage	Glutenfreie Nudeln

Mittwoch	
Suppe	Zucchinisuppe
Hauptgericht	Hähnchen-Nudelpfanne mit Nüssen
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Kopfsalat
Diät	Seebarsch gekocht
Beilage	gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Brunnenkressesuppe
Hauptgericht	Heilbut asiatische Variante
Beilage	Reis mit Karotten angerichtet
Gemüse	Brokkoli
Diät	Rindfleisch-Hamburger
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Grüne Bohnensuppe
Hauptgericht	Vegetarische "Enchilada"
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Kopfsalat und Mais
Diät	Seebarsch gekocht
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Kürbissuppe
Hauptgericht	Hähnchenbrustfilet mit Basilikum
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Erbsen (gekocht)
Diät	Seehecht gekocht
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Rote Bohnensuppe
Hauptgericht	Seehecht in Kräutersauce
Beilage	gegrillte Kartoffeln
Gemüse	Karottenpüree
Diät	Truthahnsteack
Beilage	Glutenfreie Nudeln

Mittwoch	
Suppe	Spinatsuppe
Hauptgericht	Hähnchenfleischgulasch
Beilage	Reis
Gemüse	Kopfsalat mit Mais
Diät	Seehecht gekocht
Beilage	gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Koriandersuppe
Hauptgericht	Thunfischpenne mit Oliven
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Tomatensalat
Diät	Hähnchenfleisch-Hamburger
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Brokkolisuppe
Hauptgericht	Vegetarisches Moussaka
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Griechischer Salat
Diät	Seehecht im Dampf gegart
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Linsensuppe
Hauptgericht	Hähnchenkeulen
Beilage	Nudeln mit asiatischem Gemüse
Gemüse	Brokkoli
Diät	Seebarsch gekocht
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Grüne Bohnensuppe
Hauptgericht	Thunfisch mit Kartoffeln
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Grüne Bohnen gekocht
Diät	Hähnchensteack gegrillt
Beilage	Glutenfreie Nudeln

Mittwoch	
Suppe	Winter-Gemüsesuppe
Hauptgericht	Rindfleisch-Hamburger
Beilage	Reis (dunkel)
Gemüse	Kopfsalat
Diät	Seebarsch gekocht
Beilage	gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Brunnenkressesuppe
Hauptgericht	Curryfisch
Beilage	Reis
Gemüse	Kopfsalat
Diät	Truthahnsteack
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	Zuchhinsuppe
Hauptgericht	Soja-Bolognese mit Penne
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Erbsen im Topf
Diät	Putensteack
Beilage	Reis

Montag	
Suppe	Sommergemüsesuppe
Hauptgericht	Ente mit Reis gekocht
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Karottenpüree
Diät	Seebarsch gekocht
Beilage	Reis

Dienstag	
Suppe	Kichererbsensuppe
Hauptgericht	Fischlasagne
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Brokkoli
Diät	Hähnchensteack gegrillt
Beilage	Glutenfreie Nudeln

Mittwoch	
Suppe	Karottensuppe mit Koriander
Hauptgericht	Putensteack mit Senf
Beilage	Reis
Gemüse	Tomatensalat
Diät	Seehecht in Dampf gegart
Beilage	gekochte Kartoffeln

Donnerstag	
Suppe	Hühnersuppe
Hauptgericht	Thunfischpenne mit Oliven
Beilage	im Hauptgericht
Gemüse	Kopfsalat und Mais
Diät	Truthahnsteack
Beilage	Reisnudeln

Freitag	
Suppe	
Hauptgericht	
Beilage	
Gemüse	FEIERTAG
Diät	
Beilage	