

Snacks – Escola Alemã

1. Woche	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Snack Manhã	Frucht	Karotten-Sticks mit Hummus	Frucht	Rote Paprika-Sticks	Frucht
Snack Tarde	Mischbrot mit Konfitüre (*)	Joghurt mit hausgemachter Granola Brot (*)	Maiswaffeln (*) Gekochtes Ei	Bananen- und Kokosnuss-Kuchen Brot (*)	Mischbrot mit Käse (*)
	Milch		Shake (1)	Orangengetränk	Milch

2. Woche	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Snack Manhã	Rote Paprika-Sticks	Frucht	Gurken-Sticks	Frucht	Karotten-Sticks mit Hummus
Snack Tarde	Mehrkornbrot mit Konfitüre (*)	Naturjoghurt mit roten Beeren und Granola Brot (*)	Cornflakes mit Milch Brot (*)	Apfel- und Naturjoghurt-Kuchen Brot (*)	Mischbrot mit Butter (*)
	Milch			Limonade	Shake (1)

Bei den Vormittagssnacks gibt es immer die Option von 40 % Gemüse (Gurke, Karotte oder rote Paprika) / 60 % Obst.

(*) Das Brot kann mit 1 Scheibe Käse, 10 g Butter/laktosefreier Butter oder 10 g Marmelade (empfohlene Portionen) serviert werden.

An Tagen mit Milch wird für Schüler mit Lebensmittelunverträglichkeiten ein pflanzliches und laktosefreies Getränk angeboten.

An Tagen mit Joghurt wird für Schüler mit Lebensmittelunverträglichkeiten pflanzlicher und laktosefreier Joghurt angeboten."

(1) Abwechselnd Mango oder Banane mit Erdbeeren und Hafer-Pflanzendrink"

Data de Alteração: 21/10/2025