



Freie Waldorfschule Werder - Christian Morgenstern

April

Mo	02.04.18	Ostermontag
Di	03.04.18	Makkaroni mit Wurstgulasch (Rind/Schwein), Obst
Mi	04.04.18	Kohlrabieintopf mit Kräutern und Mehrkornbrot, Rote Grütze und Vanillesoße
Do	05.04.18	Gebackene Katoffelspalten mit Tzatziki, Knabberohkost mit Dip
Fr	06.04.18	Fischstäbchen* mit Fenchel-Möhrensoße und Reis, Salat
Mo	09.04.18	Spirelli mit Spinat-Feta-Soße, Obst
Di	10.04.18	Lammragout mit Grünen Bohnen und Bulgur, Knabberohkost mit Dip
Mi	11.04.18	Orientalischer Kichererbseneintopf mit Fladenbrot, Schokopudding mit Fruchtsoße
Do	12.04.18	Hafer-Käse-Bratling mit Kräutersoße und Kartoffelbrei, Obst
Fr	13.04.18	Kabeljau* in Tomatensoße mit Kartoffeln, Knabberohkost
Mo	16.04.18	Bunte Nudeln mit Frischkäse-Kräutersoße, Obst
Di	17.04.18	Buletten (Rind) mit Erbsen-Möhrengemüse und Kartoffeln, Knabberohkost mit Dip
Mi	18.04.18	Grüne Bohnen-Eintopf mit Sonnenblumenkernbrot, Mangoquark
Do	19.04.18	Polentaschnitten mit Tomatensoße und Reibekäse, Obst
Fr	20.04.18	Kabeljau* in Dillsoße mit Kartoffeln, Salat
Mo	23.04.18	Penne mit Champignonsahnesoße, Obst
Di	24.04.18	Putengeschnetzeltes mit Möhren und Apfel dazu Reis, Knabberohkost mit Dip
Mi	25.04.18	Tomaten-Reis-Suppe mit Sesambrot, Gurkensalat
Do	26.04.18	Milchreis mit Zimtzucker und Erdbeerkompott, Obst
Fr	27.04.18	Fischauflauf* mit Möhren und Reis, Knabberohkost

Alle Zutaten stammen aus kontrolliert ökologischer Landwirtschaft. DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

*Der Fisch stammt teilweise aus nachhaltigem Wildfang und ist mit dem MSC-Siegel (Marine Stuarship Council) zertifiziert. Die verarbeiteten Lebensmittel sind frei von deklarierungspflichtigen Zusatzstoffen, wie Geschmacksverstärkern, Farbstoffen u.a. **Bitte beachten Sie, dass in dem von uns zubereiteten Fisch trotz größter Sorgfalt, Gräten enthalten sein können.**

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse-/Obstsorten oder andere Zutaten im Biohandel nicht erhältlich sind.

Die Allergenkennzeichnung entnehmen Sie bitte der ausgelegten Liste in Ihrer Einrichtung.

