



„Wir leben nicht, um zu essen, sondern wir essen, um zu leben.“


/Sokrates/



AN & ABMELDUNG:

MAIL: leckeressen@gourmello.de

Freie Grundschule Pfefferwerk

01KW	
<p>Zu Neujahr Will das Glück nach seinem Sinn Dir was Gutes schenken, Sag Dank und nimm es hin Ohne viel Bedenken. Jede Gabe sei begrüßt, Doch vor allen Dingen: Das, worum du dich bemühst, Möge dir gelingen.</p>  <p>Wilhelm Busch (1832-1908), deutscher Zeichner, Maler und Schriftsteller</p>	
02.01.	Pancakes ^{1a,2} mit Apfelmus
	Kartoffelröstie mit Kräuterquark ²
Obst	
03.01.	Pasta Carbonara mit Geflügelschinken ^{1a,2} dazu Käse ²
	Vegi Pasta Carbonara ^{1a,2} dazu Käse ²
Knabbergemüse	
02KW	
06.01.	Broccolicremesuppe ^{2,5} mit Brot ^{1a}
	Ravioli ^{1a,2} mit Tomatensoße und Käse ²
Obst	
07.01.	Hähnchen „Philadelphia“ ^{1a,2} mit Cous Cous ^{1a}
	Backgemüse mit Ebly ^{1a} und Paprikasoße ^{1a,2}
KiBa Quark ²	
08.01.	Gemüse Kokoscurry ^{1a} mit Reis
	Polentatasche ² mit Rahmspinat ^{1a,2}
Knabbergemüse	
09.01.	Spaghetti Bolognese ^{1a} dazu Käse ²
	Spaghetti Vegi Bolognese ^{1a} dazu Käse ²
Gemischter Salat	
10.01.	Brasilianischer Fischtopf ^{1a,2} mit Kartoffeln
	Vegi Kartoffel-Lauch Suppe ⁵ mit Brot ²
Himbeerjoghurt ²	

Liste der Zusatzstoffe incl. Erzeugnisse – Deklaration, sofern Inhaltsstoff nicht aus der Beschreibung hervorgeht. Änderungen vorbehalten!

1 = Glutenhaltiges Getreide = 1a/Weizen - 1b/Roggen - 1c/Gerste - 1d/Hafer - 1e/Dinkel – 1f/Kamut

2 = Milch (einschl. Laktose)

9 = Soja

F = Farbstoff

3 = Ei

10 = Weichtiere

G = Geschmacksverstärker

4 = Erdnuss

11 = Fisch

H = Antioxidationsmittel

5 = Sellerie

12 = Krebstiere

I = Gewachst

6 = Sesamsamen

13 = Lupinen

J = mit Phosphat

7 = Senf

14 = Schwefeldioxid & Sulfite mit mehr als 10mg//kg bzw 10mg/l

8 = Schalenfrüchte: Nm/Mandeln - Nh/Haselnuss - Nw/Walnuss - Nc/Cashew - Npe/Pecannuss - Npa/Paranuss - Npi/Pistazie - Nmc/Macadamia - Nq/Queenslandnuss