

# Rapsiano

Speiseplan normal vom 11.10.2021 bis 15.10.2021

## Montag

Nudeln (a1) mit Tomatensauce (e), dazu kleine Fleischbällchen (a1,d,e,l)



Gemischter Blattsalat mit Joghurtdressing (e,l)

**Dessert**  
Mango-Mousse (e)

## Dienstag

Hausgemachter Linseneintopf mit Kartoffeln (c,e), dazu eine Bockwurst (l,3,9) und ein Brötchen (a1)



Bohnensalat (l,4)  
**Dessert**  
Bananen

**Kuchen**  
Zitronenkuchen (d,e,a) mit Glasur und Zitronensahne (e)

## Mittwoch

Rindergeschnetzeltes mit frischen Champignons (e) und Spätzle (c,e)



Chinakohlsalat mit Sauerrahmdressing (e,l)

**Dessert**  
Zitronen-Joghurtcreme (e)

## Donnerstag

Kohlroulade mit Zwiebelrahmsauce (c,e) und Kartoffelpüree (e)



Endiviensalat mit Kartoffeldressing (e,l)

**Dessert**  
Rote Grütze mit Vanillesauce (e)

## Freitag

Gebackenes Schollenfilet (a1,d,e,f) mit Schnittlauch-Schmanddip (e) und Gemüsereis (e)



Knackiger Eisbergsalat mit Mais, Paprika und Joghurtdressing (e,l)

**Dessert**  
Eisdessert (e,l)

# Rapsiano

Speiseplan vegetarisch vom 11.10.2021 bis 15.10.2021

## Montag

Nudeln (a1) mit Tomaten-Kräutersauce (e), Hirtekäsewürfeln (e) und gerösteten Sonnenblumenkernen

Gemischter Blattsalat mit Joghurtdressing (e,l)

**Dessert**  
Mango-Mousse  
(e)

## Dienstag

Hausgemachter Linseneintopf mit Kartoffeln (c,e), dazu Falafelbällchen (a1) und ein Brötchen (a1)

Bohnensalat (l,4)  
**Dessert**  
Bananen

**Kuchen**  
Zitronenkuchen (d,e,a) mit Glasur und Zitronensahne (e)

## Mittwoch

Schupfnudel-Broccoliauflauf (a1,d,e)

Chinakohlsalat mit Sauerrahmdressing (e,l)

**Dessert**  
Zitronen-Joghurtcreme (e)

## Donnerstag

Gemüseschnitzel (a,c,d) mit Kräutersahnesauce (e) und Kartoffelpüree (e)

Endiviensalat mit Kartoffeldressing (e,l)

**Dessert**  
Rote Grütze mit Vanillesauce (e)

## Freitag

Kartoffel-Frischkäsetaschen (e) mit mediterranem Pfannengemüse

Knackiger Eisbergsalat mit Mais, Paprika und Joghurtdressing (e,l)

**Dessert**  
Eisdessert (e,1)