

Um Anmeldung wird gebeten bis:

Mi. 20.11.2024, 11Uhr

# Lehrküche Wabern



**02.12. - 06.12.2024 (KW 49)**

|                          | Menü 1 (vegetarisch)  | Menü 2   |
|--------------------------|---|--|
| <b><u>Montag</u></b>     | Kartoffelgratin mit Blumenkohl<br>in Rahmsauce und Käse überbacken<br>☞<br>Pfirsichkompott<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf                | Thüringer Bratwurst (Schwein,11) mit<br>Erbsen- Möhrengemüse und<br>hausgemachtem Kartoffelpüree<br>☞<br>Pfirsichkompott<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf |
| <b><u>Dienstag</u></b>   | Vollkornspaghetti mit<br>Gemüsebolognese und Raspelkäse<br>☞<br>Fruchtquark (1)<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf                           | Gebratene Fischfrikadelle mit<br>Dillsauce, Kartoffeln und<br>Blattsalat<br>☞<br>Fruchtquark (1)<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf, Fisch                  |
| <b><u>Mittwoch</u></b>   | Tagessuppe<br>☞<br>Hefeklöße mit Vanillesauce<br>☞<br>Obst (7)<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf  | Geflügel-Hackfleischbällchen mit<br>Tomatensauce, Reis und Gurkensalat<br>☞<br>Obst (7)<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf                                  |
| <b><u>Donnerstag</u></b> | Vegetarische Tortellini mit Brokkoli<br>und Tomatenwürfeln in Käsesauce<br>☞<br>Weißer Schokoladenpudding<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf | Hühnersuppentopf mit Nudeln,<br>Gemüse und Brot<br>☞<br>Weißer Schokoladenpudding<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf  |
| <b><u>Freitag</u></b>    |   | Gebackene Kartoffeln aus dem Ofen<br>mit Kräuterquark und Karottensalat<br>☞<br>Fruchtsalat<br>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf                              |

1.mit Farbstoff; 2. mit Konservierungsstoff; 3. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Geschmacksverstärker; 5. geschwefelt; 6. geschwärzt; 7. gewachst; 8. mit Phosphat; 9. Chinin haltig; 10. Coffein haltig; 11. mit Süßungsmitteln; 12. enthält eine Phenylaninquelle



Sehr verehrte Gäste,

die Zutaten unserer Menüs stammen vorwiegend aus der Region.  
Damit entfallen lange Transportwege und die regionale Landwirtschaft  
wird gestärkt.



Sofern Zusatzstoffe nicht vermieden werden können, sind diese  
entsprechend gekennzeichnet (\*).

Gentechnisch veränderte Lebensmittel werden nicht verwendet.

**Lehrküche Wabern**  
**Kurfürstenstraße 32**  
**34590 Wabern**

**Tel.: 05683-931 52 21**  
**Fax: 05683-931 52 26**

**lehrkueche@starthilfe-abv.de**  
**www.starthilfe-abv.de**