

**Speiseplan vom 19.09.2022 – 23.09.2022**  
**Tel. 038306 230370 oder 0174 9092078**

- Montag:** Nudeln mit Paprika-Tomatensauce und geriebenem Käse  
**Alternativ:** Spaghetti mit Pilzrahmsauce und geriebenem Käse  
**Nachtisch:** Obst
- Dienstag:** Kartoffel-Spinatauflauf mit Hirsebratling  
**Alternativ:** Sesambackkartoffeln mit Röstgemüse, Kräuterquark und Salat  
**Nachtisch:** Quark-Joghurt-Speise
- Mittwoch:** Bratwurst mit Letschogemüse und Himmel und Erde  
(Kartoffelstampf mit Röstzwiebeln und Äpfeln)  
**vegetarisch:** vegetarische Bratwurst mit Letschogemüse und Himmel und Erde  
**Nachtisch:** Apfelcreme
- Donnerstag:** Fisch in Tomatensauce mit Gemüsereis  
**Alternativ:** Tofugeschnetzeltes mit Gemüsereis  
**Nachtisch:** Schokoladenpudding mit Vanillesauce
- Freitag:** Nudel-Gemüse Eintopf mit Käsebaguette  
**Alternativ:** Tomatensuppe aus frischen Tomaten mit Dip und Käsebaguette  
**Nachtisch:** Apfeltaschen