



	Montag, 04.11.	Dienstag, 05.11.	Mittwoch, 06.11.	Donnerstag, 07.11.	Freitag, 08.11.
Hauptgericht	Dinkel-Kürbis-Pfannkuchen mit Rahmgemüse	Hähnchenschnitzel paniert, dazu Ofenkartoffeln und cremiger Krautsalat Veggies: Käseschnitzel	Ravioli mit Tomatenfüllung an Käsesauce, dazu Salat	Kürbiscremesuppe, dazu Vollwertiges und Pudding	Frikadelle vom Rind aus artgerechter Tierhaltung, dazu Knöpfele und Rahmsauce Veggies: Gemüsefrikadelle
	Weizen		Hartweizen	Dinkel-Roggen	Weizen
	Obst	Obst	Obst		Obst
	Montag, 11.11.	Dienstag, 12.11.	Mittwoch, 13.11.	Donnerstag, 14.11.	Freitag, 15.11.
Hauptgericht	Hähnchenragout Züricher Art mit Estragon und Wurzelgemüse, dazu Reis Veggies: Gemüseragout	Gnocchi an Tomaten-Basilikum- Sauce, dazu Karottensalat	Gemüse Eintopf mit Flädle einlage, dazu Monte-Creme	Chili sin Carne mit Kidneybohnen und Paprika an Rosmarinkartoffeln, dazu Salat	Fischstäbchen aus nachhaltiger Fischerei mit Kartoffelsalat und Dip Veggies: Haferbratlinge
		Hartweizen	Hartweizen		Hafer
	Obst	Obst		Obst	Obst
	Montag, 18.11.	Dienstag, 19.11.	Mittwoch, 20.11.	Donnerstag, 21.11.	Freitag, 22.11.
Hauptgericht	Veggie-Tortellini mit Spinat-Käsesoße dazu Blattsalat	Linsen, Spätzle und Geflügel-Saitenwürstchen Veggies: Veggie-Wurstchen	Kohlrabi-Brokkoligemüse mit Dampfkartoffeln und Karotten-Krautsalat	Kartoffelsuppe mit Crème Fraiche, dazu Vollwertiges und Nachtisch	Dinkelpfannkuchen mit Karotten-Wirsing Gemüse
	Hatweizen	Weizen		Weizen	Dinkel
	Obst	Obst	Obst		Obst
	Montag, 25.11.	Dienstag, 26.11.	Mittwoch, 27.11.	Donnerstag, 28.11.	Freitag, 29.11.
Hauptgericht	Hühnerfrikassee mit Reis Veggies: Gemüsefrikadelle	Kürbis-Rote-Linsensuppe, dazu Vollwertiges und Nachtisch	Spaghetti Pomodoro mit Reibekäse und Salat	Rindergulasch aus artgerechter Tierhaltung, Dinkelknöpfele und Salat Veggies: Paprika-Karottengulasch	Fischragout aus nachhaltiger Fischerei, dazu Dampfkartoffeln Veggies: Gemüseragout
		Dinkel-Roggen	Hartweizen	Weizen	
	Obst		Obst	Obst	Obst