

**Um Anmeldung wird gebeten bis:
Do., 20.12.2018, 12Uhr !!!**

Lehrküche Wabern



21.01. - 25.01.2019 (KW 04)

	Menü 1 (vegetarisch)	Menü 2
<u>Montag</u>	Gekochte Eier mit <u>Senfsauce</u> , Kartoffeln und Salat ☞ Obst(7) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>	Gebratene Nudelpfanne mit Gemüse der Saison, Rindswurstscheiben und Paprikarahm ☞ Obst(7) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch</u>
<u>Dienstag</u>	Tagessuppe ☞ Quarkauflauf mit Früchten und Vanillesauce ☞ Apfelmus <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch,</u>	Kasseler (2,3) aus dem Ofen mit Möhrengemüse und hausgemachtem Kartoffelpüree ☞ Apfelmus <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch</u>
<u>Mittwoch</u>	Serviettenknödelscheiben mit Pilzragout und grünem Salat ☞ Vanillecreme <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch</u>	Gebratenes Seelachsfilet mit Dillsauce, Kartoffeln und Salat ☞ Vanillecreme <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch</u>
<u>Donnerstag</u>	Vollkorn-Nudelaufwurf mit Tomatensauce, Käse und Salat ☞ Obst(7) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch</u>	Vegetarischer Erbseneintopf mit Gemüse und Kartoffelwürfel, Brot ☞ Obst(7) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch</u>
<u>Freitag</u>		Gebratene Rindsfrikadelle mit hausgemachtem Kartoffelsalat, Rohkost ☞ Fruchtquark <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch</u>

1. mit Farbstoff; 2. mit Konservierungsstoff; 3. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Geschmacksverstärker; 5. geschwefelt; 6. geschwärzt; 7. gewachst;
8. mit Phosphat; 9. Chininhaltig; 10. Coffeinhaltig; **Änderungen Vorbehalten !**

Sehr verehrte Gäste,



die Zutaten unserer Menüs stammen vorwiegend aus der Region.
Damit entfallen lange Transportwege und die regionale Landwirtschaft
wird gestärkt. Gemüse, Salate sowie Kartoffeln stammen größtenteils
aus biologischem Anbau.
Sofern Zusatzstoffe nicht vermieden werden können, sind diese
entsprechend gekennzeichnet (*).
Gentechnisch veränderte Lebensmittel werden nicht verwendet.

Wir streben nach Qualität und haben uns den Standards des Vereins
Weiterbildung Hessen e.V. verpflichtet.

**Lehrküche Wabern
Kurfürstenstraße 32
34590 Wabern**

**Tel.: folgt
Fax: folgt**

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