

Freitag, 01. September 2023

A

Kartoffelsuppe^{sl}
mit **Bauernbrot**^{gw gr m sm sc sl lu}

B

Ratatouille^{m gw} (Tomaten, Auberginen, Zucchini, Paprika)
mit **Hirtenkäse**^m und **Gnocchetti**^{gw}

Vanille-Quark^m



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten
Änderungen vorbehalten!



Freiheit 10, 13597 Berlin
Tel.: (030) 36 75 95 - 0
www.luna.de

Montag, 04. September 2023

A

Penne ^{gw} (Röhrennudeln) mit **Tomatensoße** ^{m gw} und **Reibekäse** ^m

B

Blumenkohl-Käse-Medaillon ^{gw gg m} mit **Erbsen-Möhren-Gemüse** ^m und **Kartoffelpüree** ^m



Obst

Dienstag, 05. September 2023

A

Gemüseintopf (Kohlrabi, Erbsen, Blumenkohl, Möhren) mit Rindfleisch

B

Käsespätzle ^{m gw} mit dunkler Soße und **Gurkensalat**

Kokosjoghurt ^m

Mittwoch, 06. September 2023

A

Panierter Seelachs ^{gw} mit **Rahmspinat** ^{m gw} und **Vollkornreis** ^{g sj sm}

B

Gelbe Linsensuppe ^m mit **Sonnenblumenkernen** und **Dinkel-Vollkorn-Brötchen** ^{gd gg gh sm n e m sj sc}

Obst

Donnerstag, 07. September 2023

A

Eierfrikassee ^{m gw} mit **Kartoffeln**

B

Vorsuppe:
Möhren-Ingwer-Suppe ^m
Grießbrei ^{m gw}



Rote Grütze

Freitag, 08. September 2023

A

Geflügelbulette ^{gw e} mit **Blumenkohl in Soße** ^{m gw} und **Kartoffeln**



B

Orientalisches Gemüse (Tomate, Paprika, Aubergine, Zucchini, Aprikosen) mit **Couscous** ^{gw} und **Minzdip** ^m

Pfirsichquark ^m



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten
Änderungen vorbehalten!



Freiheit 10, 13597 Berlin
Tel.: (030) 36 75 95 - 0
www.luna.de

Montag, 11. September 2023

A

Farfalle ^{gw} (Schmetterlingsnudeln) mit
Rindergeschnetzeltem in Rahmsoße ^{m gw}

B

Gebackener Frischkäse ^{m gw gg gr}
mit Paprikagemüse ^{m gw}
und **Bulgur** ^{gw sj sc sm}

Obst



Dienstag, 12. September 2023

A

Königsberger Klopse ^{e gw m} (Geflügel)
mit Kapernsoße ^{m gw} und **Kartoffeln**

B

Minestrone (Italienische Gemüsesuppe mit Tomate, Erbsen,
Bohnen Blumenkohl) ^{sl}
mit **Gabelspaghetti** ^{gw}

Möhren-Apfel-Rohkost



Mittwoch, 13. September 2023

A

Lachs in **Zitronensoße** ^{m gw}
mit **Erbsen** und **Reis** ^{g sj sm}

B

Hausgemachter Linsentaler ^{gw gd e sj sm}
mit **Romanesco** ^{m gw}
und **Kartoffelstampf** ^m

Obst



Donnerstag, 14. September 2023

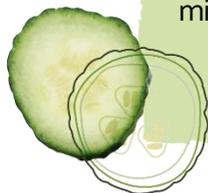
A

Kräuterquark ^m mit **Kartoffeln**

B

Tomaten-Nudel-Auflauf ^{m gw e}
mit **Basilikum-Rahmsoße** ^{m gw}

Gurkensalat



Freitag, 15. September 2023

A

Falafel (Kichererbsenbällchen) ^{gw e sj sm} mit **Tzatziki** ^m
(Joghurt mit Gurken und Kräutern)
und **Gemüsecouscous** ^{gw}

B

Möhreneintopf
mit **Sesambrot** ^{gr gw sm sc sl sn}

Schokoladenpudding ^m



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten
Änderungen vorbehalten!



Freiheit 10, 13597 Berlin
Tel.: (030) 36 75 95 - 0
www.luna.de

Montag, 18. September 2023

A

Spirelli ^{g^w} (Spiralnudeln)
mit **Soße Bolognese** (Rind) ^{g^d s^j s^m}
und **Reibekäse** ^m

B

Paneerkäse (Indischer Rahmkäse)
in **fruchtiger Currysoße** ^{m g^w} mit **Reis** ^{g s^j s^m}

Obst



Dienstag, 19. September 2023

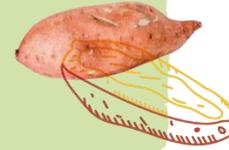
A

Hähnchenbrustfilet mit **grünen Bohnen**,
Kartoffelpüree ^m und Bratensoße

B

Linsencorma ^{g s^j s^m sⁿ}
(Indischer Eintopf mit Linsen und Süßkartoffeln)
mit **Sauerrahm** ^m und **Brötchen** ^{g^w n s^j m}

Stracciatellajoghurt (Schokosplitter) ^{m s^c}



Mittwoch, 20. September 2023

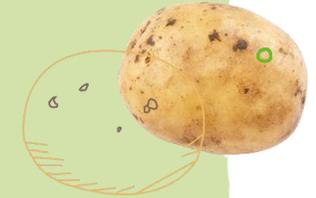
A

Backfisch (Seelachs) ^{g^w}
mit **Gewürzgurkendip** ^m und **Kartoffeln**

B

Ricotta-Tortellini ^{m g^w}
mit **Kräutersoße** ^{m g^w}

Obst



Donnerstag, 21. September 2023

A

Eier in Senfsoße ^{m g^w} mit **Kartoffeln**
und bunte Blattsalate
mit **Balsamico Dressing** ^{sⁿ}

B

Vorsuppe:
Grüne Erbsensuppe ^m
Milchspeise aus Goldhirse ^{m g s^c s^j s^m}

Kirschkompott



Freitag, 22. September 2023

A

Hausgemachter Tofutaler ^{s^j g^w g^h e}
mit **TexMex-Gemüse** ^{m g^w s^j s^c s^m} (grüne Bohnen,
Kidneybohnen, Mais, Paprika) und **Vollkornreis** ^{g s^j s^m}

B

Gemüsecremesuppe ^m
mit **Sonnenblumenkernen**
und **Vollkornbrötchen** ^{g^d g^g g^h s^m n e m s^j s^c}

Zitronengrieß ^{m g^w}

Montag, 25. September 2023

A

Bunte Farfalle ^{g w} (Schmetterlingsnudeln)
mit Gorgonzolasoße ^{m g w}

B

Polentatasche ^{m g w}
mit Erbsen und Stampfkartoffeln ^m



Obst

Dienstag, 26. September 2023

A

Lachs in Dillssoße ^{m g w}
mit Möhren und Vollkornreis ^{g s j s m}

B

Kürbiscremesuppe ^m mit Kürbiskernen
und Vollkornbrot ^{g r g w m s m s c s l u}

Müslijoghurt

mit Agavendicksaft ^{m g h g w g g s j s c s m s n l u}



Mittwoch, 27. September 2023

A

Rindergulasch mit Paprikastreifen ^{m g w s j s c s m}
und Kartoffeln

B

Vegetarische Bratwurst ^{s l s j g e m s n}
mit Tomaten-Curry-Soße und Reis ^{g s j s m}

Gurkensalat mit Joghurdressing ^m

Donnerstag, 28. September 2023

A

Chicken Nuggets ^{g w} (Hähnchenfilet)
mit Buttermais ^m und Kartoffelpüree ^m

B

Penne (Röhrennudeln)
mit Pesto Verde ^{m e} (Italienische Kräuterpaste mit
Sonnenblumenkernen und Käse)

Obst

Freitag, 29. September 2023

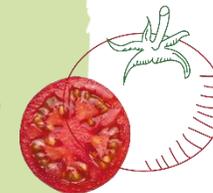
A

Chinapfanne ^{s j} (Tofustreifen, Weißkohl, Sojasprossen,
Möhren, grüne Bohnen, Tomate)
mit Reis ^{g s j s m}

B

Tomatensuppe mit Gemüsestreifen ^m
(Möhre, Zucchini)
und Knusperbrötchen ^{g w g g s j m n}

Vanillepudding ^m



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten
Änderungen vorbehalten!



Freiheit 10, 13597 Berlin
Tel.: (030) 36 75 95 - 0
www.luna.de