

Montag, 02. Oktober 2023

Brückentag / Ferientag

A

Vollkornpenne^{g w} (Röhrennudeln) mit
vegetarischer Soße Bolognese^{g d s j sm}

(Grünkern) und **Reibekäse**^m

B

Blumenkohl-Käse-Medaillon^{g w e}

mit **Tomatenvollkornreis**^{g s j sm}

und **Sahnesoße**^{m g w}

Obst

Dienstag, 03. Oktober 2023



FEIERTAG



Mittwoch, 04. Oktober 2023

A

Züricher Geschnetzeltes^{m g w}

(Rindfleisch, Möhren, Zucchini, Champignons)

mit **Reis**^{g s j sm}

B

Spirelli (Spiralnudeln)^{g w}

mit **Kräuterfrischkäsesoße**^{m g w}

Obst



Donnerstag, 05. Oktober 2023

A

Eier in **Schnittlauchsoße**^{m g w}

und **Kartoffeln**

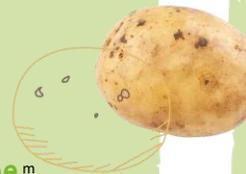
B

Vorsuppe: **Möhrencremesuppe**^m

mit **Sonnenblumenkernen**

Grießbrei^{m g w}

Waldbeerenkompott



Freitag, 06. Oktober 2023

A

Kartoffelsuppe^{sl}

mit Geflügelwiener

B

Kichererbsencurry

mit **Reis**^{g s j sm}

Joghurt mit **Honeypops**^{g w}



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

SPEISEPLAN

OSY

Montag, 09. Oktober 2023

A

Farfalle ^{gw} (Schmetterlingsnudeln)
mit **Tomaten-Basilikum-Soße** ^{m gw}
und **Reibekäse** ^m / **Gemüseticks**

B

Gemüsetaler ^{gw e}
mit **Kartoffel-Möhren-Stampf** ^m
und dunkler Soße

Obst



Dienstag, 10. Oktober 2023

A

Kesselgulasch (Rind)
mit **Möhrengemüse** und **Kartoffeln**

B

Vegetarisch
gefüllte Maultaschen ^{gw e m sl}
in **Gemüsebrühe** ^{sl}

Joghurt ^m mit **Agavendicksaft**
und **Leinsamen** sm



Mittwoch, 11. Oktober 2023

A

Blumenkohlcremesuppe ^m
mit **frischer Petersilie**
und **Geflügelklößchen** ^e

B

Kartoffel-Brokkoli-Auflauf ^{m gw}

Obst



Donnerstag, 12. Oktober 2023

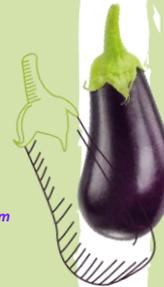
A

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

B

Hausgemachter Linsentaler ^{gw gd e sj sm}
mit **Rahmerbsen** ^m und **Kartoffeln** ^m

Gurkensalat mit **Sesam** ^{sm g sj}



Freitag, 13. Oktober 2023

A

Ratatouille ^{m gw} (Paprika, Zucchini, Aubergine) mit
Hirtenkäsewürfeln ^m und **Couscous** ^{gw}

B

Gemüsesuppe ^{sl m}
mit **Bauernbrot** ^{gw gr gg sm m e sj n sc}

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

Montag, 16. Oktober 2023

A

Chili con Carne g sj sc sm

(Bohnen-Hackfleisch-Topf/Rind)

mit **Reis** g sj sm

B

Zucchini-Mais-Nudelauflauf m gw

mit **Tomatensoße** m gw

Obst



Dienstag, 17. Oktober 2023

A

Geflügelbulette m gw e

mit **Blumenkohl in Soße** m gw

und **Kartoffelpüree** m

B

Bunte Reispfanne g sj sm

mit **Schnittlauchsoße** m gw

Obst



Mittwoch, 18. Oktober 2023

A

Panierter Seelachs gw m e sj sl

mit **Kartoffeln** und **Gewürzgurkendip** m

B

Grüne Erbsensuppe m

mit **Sesambrot** gr gw sm sc sl sn

Blattsalat mit **Zitronendressing**



Donnerstag, 19. Oktober 2023

A

Eier in **Senfsoße** m gw

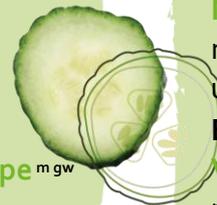
mit **Kartoffeln** und **Gurkensalat**

B

Vorsuppe: **Champignoncremesuppe** m gw

Milchspeise aus Goldhirse g sj sm

Pflaumenkompott



Freitag, 20. Oktober 2023

A

Möhren-Ingwer-Suppe m

mit **Vollkornbrötchen** gd gw gg sm gh n e m sj sc

und **Kürbiskerne** gw m n sj

B

Vollkornpenne gw

mit **Limonsauce** g sj sm

Apfel-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