

Menüplan vom: 12.10.2020

bis: 16.10.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Salat	Salatbar mit täglich wechselnden Variationen 3,00 €				
M 1 Suppe	Wochensuppe: Kartoffelsuppe 3,50 €, mit Wiener Würstchen 4,50 €				
M 2 Fleischgericht	Geschnetzeltes vom Schwein mit Champignons und Nudeln *(11,A,C,G) 4,95 €	Königsberger Klopse mit Kapernsoße und Blumenkohl, dazu Kartoffeln *(11,A,G,I) 4,95 €	Wildschweinbraten mit Rotkohl und Klößen *(11,A,G) 5,95 €	Marinierter Hering nach Hausfrauenart, dazu Pellkartoffeln *(11,A,,G,I) 4,95 €	Pusztaschnitte (Schnitzel mit Letscho auf Brot) *(11,A,G) 4,95 €
M 3 Vegi-Gericht	Vollkornnudeln mit Hokkaidokürbis und Tomaten *(11,A,G) 4,50 €	Plinse mit Apfelmus *(11,A,C,G) 4,00 €	Überbackene Spinat-Cannelloni mit Salat *(11,A,C,G) 4,50 €	Karotten-Ingwer-Suppe mit Croûtons *(11,A,G) 4,00 €	Gnocchi mit Kirschtomaten und Salbei *(11,A,C,G) 4,50 €
Wussten Sie schon?	<p>Der Name des Hokkaidokürbis stammt er von der japanischen Insel Hokkaido. Das feste nussige Fruchtfleisch schmeckt besonders gut, da es sehr faserarm ist. Außerdem hat der Hokkaido im Vergleich zu anderen Kürbissorten mehr Nährstoffe, da er weniger Wasser enthält. Die leuchtende orangefarbene Schale ist reich an Beta-Carotin, das in unserem Körper zu Vitamin A umgewandelt wird. Bei biologischem Anbau kann die Schale bedenkenlos mitgegessen werden.</p>				