

Speisewochenplan von Frische Welle

26.01.2026 - 30.01.2026



KW 5	Hauptspeise	Vorspeise / Dessert / Beilage
Montag	Nudeln m. Tomatensoße a1 c Vegetarisch	Rohkostsalat
Dienstag	Gulasch m. Klößen Pute	Beilagensalat mit Joghurtdressing g
Mittwoch	Gyros m. Reis u. Tsatsiki g Pute	
Donnerstag	Apfelmöhre m. Vanillesoße a1 g c Süßes Hauptgericht	Klare Suppe m. Einlage
Freitag	Pellkartoffeln m. Kräuterquark g Vegetarisch	Obstsalat

Allergene Inhaltsstoffe

a1 Weizen

c Eier

g Milch und
Milcherzeugnisse

