

 ESSENSPLAN  10.-14.3.25

Mo: Möhren <sup>mit</sup> + Kartoffeln glf  
v


PLANÄNDERUNG  
Mi + Do

... auf  
Tofu - Ricotta - Creme glf

Mi: Rotkohl-Pfanne mit glf  
Honiglinsen & Schafkäse  
mit Kartoffelpüree

Do: Farfalle auf  
Wirsing-Dattel-Rahm

Fr: Backofenkartoffeln mit glf  
v  
mediterrane Gemüse

  
glf = glutenfrei | glf mgl. = glutenfrei möglich  
v = vegan | bitte bis 9 Uhr  
Bescheid geben!