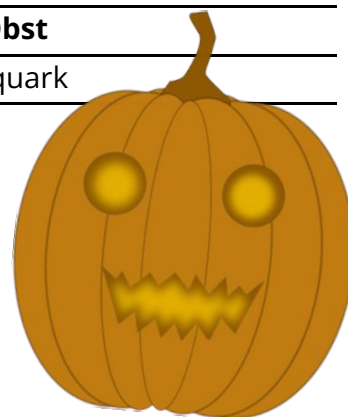


Speiseplan Oktober

Montag	29.09.	Spiralen mit Brokkoli und Lachssauce, Pfirsichquark
Dienstag	30.09.	Gefüllte Paprika mit Reis, Rahmsauce mit Obst
Mittwoch	01.10.	Pfannkuchen mit Apfelmark, Hirsesuppe
Donnerstag	02.10.	Erseneintopf mit Rindswurst, Brot, Zitronenjoghurt
Freitag	03.10.	Tag der deutschen Einheit
Montag	06.10.	Mediterrane Gemüsesauce, Feta, Reis, Schokojoghurt
Dienstag	07.10.	Backfisch mit Kartoffeln, Karotten-Erbse Gemüse, Multidrink
Mittwoch	08.10.	Hähnchenrahmgulasch mit Klößen, rote Beete Salat, Obst
Donnerstag	09.10.	Ravioli in Tomatensauce, Salat, Kretajoghurt
Freitag	10.10.	Gelbe Gemüse-Senfsoße mit Kartoffeln und Eieromelette, Obst
Montag	13.10.	Hähnchencurry mit Reis, Orangenquark
Dienstag	14.10.	Kartoffeln mit Kräuterquark, herbstliche Gemüsesuppe, Obst
Mittwoch	15.10.	Biospaghetti mit Basilikumcreme, Tomatensalat, warmer Schokopudding
Donnerstag	16.10.	Bratwürstchen mit Kartoffelbrei, braune Soße, Salat, Obst
Freitag	17.10.	Gnocchisuppe, Baguette, Eis
Montag	20.10.	Gemüseköttbullar mit Kartoffeln und Paprikacremesauce, Vanillequark
Dienstag	21.10.	Dönerfleisch mit Erbsenreis mit Tzatziki, Apfelpudding
Mittwoch	22.10.	Kartoffelgratin und Gurkensalat, Obst
Donnerstag	23.10.	Bio-Spiralen mit Hokaidofrischkäsesauce, Bananenflip
Freitag	24.10.	Rinderfrikadelle, Kartoffeln, Gemüse-Kräutersauce, Obst
Montag	27.10.	Radiatori, Tomatensauce, Käse, Salat, Obst
Dienstag	28.10.	Milchreis mit Kirschen, Kürbiscremesuppe
Mittwoch	29.10.	Schnitzel mit Kartoffeln und Jägersauce, Wassereis
Donnerstag	30.10.	Spiralnudeln mit Haschee und Bohnensalat, Obst
Freitag	31.10.	Blumenkohl-Brokkoli Soße, Kartoffeln, Pflaumenquark



Gemeinsam statt einsam! Jeden **Dienstag** kann im ANTON gemeinsam Mittag gegessen werden. Jeder ist willkommen! Eine Anmeldung ist jeweils in der Vorwoche erforderlich unter 06051-14274 oder direkt im Mehrgenerationenhaus.

Unser Essen wird zubereitet von der Kindernebst Küche aus Ronneburg.