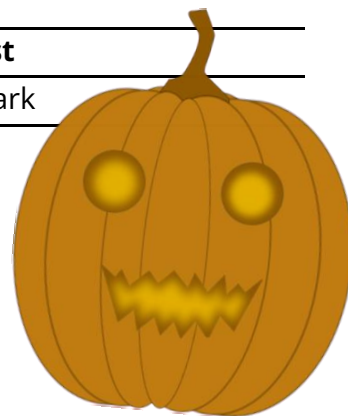


Speiseplan Oktober und November

Montag	29.09.	Spiralen mit Brokkoli und Lachssoße, Pfirsichquark
Dienstag	30.09.	Gefüllte Paprika mit Reis, Rahmsoße 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 Gemüsesoße, Feta, Reis, Schokojoghurt
Dienstag	07.10.	Backfisch mit Kartoffeln, Karotten-Erbesen Gemüse, Multidrink
Mittwoch	08.10.	Hähnchenrahmgulasch mit Klößen, rote Beete Salat, Obst
Donnerstag	09.10.	Ravioli in Tomatensoße, 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 Paprikacremesoße, Vanillequark
Dienstag	21.10.	Dönerfleisch mit Erbsenreis mit Tzatziki, Apfelpudding
Mittwoch	22.10.	Kartoffelgratin und Gurkensalat, Obst
Donnerstag	23.10.	Bio-Spiralen mit Hokaidofrischkäsesoße, Bananenflip
Freitag	24.10.	Rinderfrikadelle, Kartoffeln, Gemüse-Kräutersoße, Obst
Montag	27.10.	Radiatori, Tomatensoße, Käse, Salat, Obst
Dienstag	28.10.	Milchreis mit Kirschen, Kürbiscremesuppe
Mittwoch	29.10.	Schnitzel mit Kartoffeln und Jägersoße, Wassereis
Donnerstag	30.10.	Spiralnudeln mit Haschee und Bohnensalat, Obst
Freitag	31.10.	Blumenkohl-Brokkoli Soße, Kartoffeln, Pflaumenquark



Gemeinsam statt einsam! Jeden **Dienstag** und **Donnerstag** 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.

Die Kosten betragen 6,50 € für Mittagessen mit Nachtisch und Wasser/Kaffee

Unser Essen wird zubereitet von der Kinderneest Küche aus Ronneburg.

Montag	03.11.	Bunte Nudeln mit Kräuterfrischkäse Soße, Obst
Dienstag	04.11.	Falafelbällchen mit Ajvar mit Sternchenreis, Kretajoghurt
Mittwoch	05.11.	Hähnchenbruststreifen in Pilzrahmsoße, Kartoffeln, Salat, Obstmus
Donnerstag	06.11.	Maultaschensuppe mit Brot, Erdbeerquark
Freitag	07.11.	Chicken Popcorn mit süß-saurer Soße mit Asia-Gemüse, Bio Couscous, Obst
Montag	10.11.	Gemüse-Linsen-Soße mit Reis, Fetakäse, Stracciatellajoghurt
Dienstag	11.11.	Backfisch MSC-Zertifiziert mit Kartoffeln mit Dill-Soße, Karottensalat, Obst
Mittwoch	12.11.	Germknödel mit Vanillesoße, Buchstabensuppe
Donnerstag	13.11.	Bio-Spiralen mit Schinkensahnesoße mit Erbsen, Milcheis
Freitag	14.11.	Rinderköttbullar mit Zwiebelsoße mit Kartoffeln, Obst
Montag	17.11.	Bio-Spaghetti mit Tomatensoße, Salat, Obst
Dienstag	18.11.	Gemüsenuggets mit Reis mit Zitronen-Kräuter Soße, Zimtjoghurt
Mittwoch	19.11.	Gebackener Fleischkäse mit Rahmspinat und Kartoffeln, Obst
Donnerstag	20.11.	Mediterrane Gemüsesoße, mit Basmatireis, Schokocreame
Freitag	21.11.	Kartoffeln mit grüner Soße, gekochte Eier, warmer Grießpudding
Montag	24.11.	Vollkorn Penne mit Karottenfrischkäsesoße, Apfelschnee
Dienstag	25.11.	Kartoffeln mit Rosenkohl in Béchamelsoße und Geflügelhackbällchen, Obst
Mittwoch	26.11.	Ravioli gefüllt mit Spinat und Ricotta in Tomatensoße, Mandarinenjoghurt
Donnerstag	27.11.	Milchreis mit Pfirsichwürfel, Bio Hörnchen Nudel-Gemüsesuppe
Freitag	28.11.	Fisch-Nuggets MSC-Zertifiziert mit Gemüse-Kräuter Soße und Kartoffeln, Gurkensalat, Obst

Gemeinsam statt einsam! Jeden **Dienstag** und **Donnerstag** 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.

Die Kosten betragen 6,50 € für Mittagessen mit Nachtisch und Wasser/Kaffee

Unser Essen wird zubereitet von der Kinderneest Küche aus Ronneburg.