

Dein Essensplan für den Monat Oktober

05.10. - 30.10.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
05.10. - 09.10.2026	Nudeln mit Tomatensoße (a, c, g, 5) Schokopudding ^(g)	Chinapfanne mit Salzkartoffeln Apfel	Kürbissuppe ^(g) Banane	Kartoffelpuffer mit Apfelmus ^(a,c,g) Vanillepudding ^(g)	Nudelaufwurf (a, g, i, j) Schokotrunk ^(g)
12.10. - 16.10.2026	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln ^(a,c,g) Multi-Saft	Königsberger Klops mit Salzkartoffeln ^(a,c,g) Rote Bete	Käse-Lauch-Suppe ^(a,g) Apfel	Geflügeldinos mit Möhren und Salzkartoffeln ^(a,c,g) Schokopudding ^(g)	Lasagne ^(a,c,g) Riegel
19.10. - 23.10.2026	Bratklops mit Blumenkohl und Salzkartoffeln ^(a,c,g) Erdbeerjoghurt ^(g)	Linseneintopf mit Wiener ^(i,5) Rote Grütze	Fischli mit Dillsoße und Salzkartoffeln ^(a,g,c) Orangensaft	Tortellini mit Käse- Sahne-Soße ^(a,c,g)	Bauerntopf ^(a,5,9) Apfelmus
26.10. - 30.10.2026	Nudeln mit Tomatensoße und jagdwurstwürfeln Apfel	Kasslerbraten mit Rotkohl und Salzkartoffeln ^(a,g,9) Vanillequark ^(g)	Kartoffelaufwurf mit Gemüse und Hackfleisch ^(a,c,g) Banane	Rührei mit Kräutersoße und Püree ^(a,c,g) Möhrensalat	Feiertag

