






01.April-  
07.April






# Wichtel-Speiseplan

Woche 1	Frühstück	Allergene	Mittag	Allergene	Brotzeit	Allergene
<b>Montag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Kalbsrahmagout <i>Ökologische Metzgerei „Landfrau“</i> Wurzelgemüse Rosmarin-Polenta 	M SL M	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Tomaten-Frischkäse-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	M M
<b>Dienstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Karotten-Frischkäse Frisches Obst & Gemüse	G M M	Penne-Vollkornnudeln Paprika-Kokos-Tomatensauce Geriebener Käse Blattsalate Dressing 	G M S	Bio-Joghurt Apfelmus Wichtel Müsli Frisches Obst	M G / SE
<b>Mittwoch</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Kräuter-Frischkäse Geflügelaufschnitt Frisches Obst & Gemüse	G M M	Kartoffel-Gemüsesuppe Bio-Geflügelwiener <i>Ökologische Metzgerei „Landfrau“</i> Schokoladenpudding Birnen-Vanillekompott 	SL M	Laugengebäck Frischkäse, Butter Bio-Gartenkresse Frisches Obst & Gemüse	G M
<b>Donnerstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Frischkäse Bio-Ei Frisches Obst & Gemüse	G M M	Käse-Spinat-Semmelknödel Rahm-Schwammerl-Sauce 	G / E / M M	Milchreis <i>(Selbstgemacht/zuckerfrei)</i> Fruchtpüree <i>(Zuckerfrei)</i> Frisches Obst	M M
<b>Freitag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Seelachs,Kräuter-Brösel-Kruste <i>MSC zertifiziert / Deutsche See</i> Fruchtiger Rote Bete-Apfel-Salat Senfsauce Kartoffelpüree 	G / M S S / M M	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Avocado-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	G M

G- Gluten / M- Molkereiprodukte / K -Krebstiere / E - Eier / F- Fische / EN- Erdnüsse / SB- Sojabohnen / SF – Schalenfrüchte  
SL- Sellerie / S-Senf / SE- Sesamsamen / SU - Schwefeldioxid-Sulfide / L-Lupinen / W- Weichtiere

08.April-  
14.April






# Wichtel-Speiseplan

Woche 2	Frühstück	Allergene	Mittag	Allergene	Brotzeit	Allergene
<b>Montag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch  Frisches Obst	G / SE M	Gemüse-Curry Jasminreis  		Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Tomaten-Frischkäse-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	M M
<b>Dienstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Karotten-Frischkäse Frisches Obst & Gemüse	G M M	Gnocchi Zucchini-Tomatengemüse Basilikumsauce Blattsalate Dressing  	G / E  M  S	Bio-Joghurt Himbeerpüree Wichtel Müsli Frisches Obst	M  G / SE
<b>Mittwoch</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Kräuter-Frischkäse Geflügelauflauf Frisches Obst & Gemüse	G M M	Kichererbsen-Suppe Gebackene Kichererbsen Apfelstrudel Vanillesauce  	S  G / E / M M	Laugengebäck Frischkäse, Butter Bio-Gartenkresse Frisches Obst & Gemüse	G M
<b>Donnerstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Frischkäse Bio-Ei Frisches Obst & Gemüse	G M M	Geschmortes Bio Rind <i>Alpenrind Ursprungslinie Transgourmet</i> Blaukraut Spätzle  	SL   G / E	Bio-Orangen-Quark Zwieback Frisches Obst	G / M
<b>Freitag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch  Frisches Obst	G / SE M	Lachsfilet <i>MSC zertifiziert / Deutsche See</i> Rahmspinat Risoleekartoffeln  	F  M	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Avocado-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	G M

G- Gluten / M- Molkereiprodukte / K -Krebstiere / E - Eier / F- Fische / EN- Erdnüsse / SB- Sojabohnen / SF – Schalenfrüchte  
SL- Sellerie / S-Senf / SE- Sesamsamen / SU - Schwefeldioxid-Sulfide / L-Lupinen / W- Weichtiere

15.April-  
21.April



# Wichtel-Speiseplan

Woche 3	Frühstück	Allergene	Mittag	Allergene	Brotzeit	Allergene
<b>Montag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Bio-Geflügelfrikassee <i>Ökologische Metzgerei „Landfrau“</i> Vollkorn-Gemüsereis 	M SL	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Tomaten-Frischkäse-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	M M
<b>Dienstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Karotten-Frischkäse Frisches Obst & Gemüse	G M M	Gemüse-Lasagne Tomatensauce Blattsalate Dressing 	G / M S	Bio-Joghurt Apfelmus Wichtel Müsli Frisches Obst	M G / SE
<b>Mittwoch</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Kräuter-Frischkäse Geflügelaufschnitt Frisches Obst & Gemüse	G M M	Brokkoli-Frischkäsesuppe Vanille-Quark-Auflauf Zwetschgenröster 	M G / M / E	Laugengebäck Frischkäse, Butter Bio-Gartenkresse Frisches Obst & Gemüse	G M
<b>Donnerstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Frischkäse Bio-Ei Frisches Obst & Gemüse	G M M	Bio-Rinderhack- Gemüsebraten <i>Alpenrind Ursprungslinie Transgourmet</i> Sellerie-Kartoffelpüree 	G/E/S/SL SL / M	Milchreis <i>(Selbstgemacht/zuckerfrei)</i> Fruchtpüree <i>(Zuckerfrei)</i> Frisches Obst	M M
<b>Freitag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Seelachs Kräuter-Bröselkruste <i>MSC zertifiziert / Deutsche See</i> Karottensauce Fenchel-Couscous 	F / G / M G	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Avocado-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	G M

G- Gluten / M- Molkereiprodukte / K -Krebstiere / E - Eier / F- Fische / EN- Erdnüsse / SB- Sojabohnen / SF – Schalenfrüchte  
SL- Sellerie / S-Senf / SE- Sesamsamen / SU - Schwefeldioxid-Sulfide / L-Lupinen / W- Weichtiere

22.April-  
28.April




# Wichtel-Speiseplan

Woche 4	Frühstück	Allergene	Mittag	Allergene	Brotzeit	Allergene
<b>Montag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Kalbsfleischbällchen <i>Alpenrind Ursprungslinie Transgourmet</i> Romanesco Kartoffeln 	M/E/SL/S/G M	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Tomaten-Frischkäse-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	M M
<b>Dienstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Karotten-Frischkäse Frisches Obst & Gemüse	G M M	Käsespätzle Röstzwiebeln Blattsalate Dressing 	G / M S	Bio-Joghurt Himbeerpüree Wichtel Müsli Frisches Obst	M G / SE
<b>Mittwoch</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Kräuter-Frischkäse Geflügelaufschnitt Frisches Obst & Gemüse	G M M	Gemüsesuppe Grießnocken Mango-Dinkel-Crumble 	SL G / E G / M / E	Laugengebäck Frischkäse, Butter Bio-Gartenkresse Frisches Obst & Gemüse	G M
<b>Donnerstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Frischkäse Bio-Ei Frisches Obst & Gemüse	G M M	Frischkäseravioli Ratatouille Rucolasauce 	G M	Bio-Orangen-Quark Zwieback Frisches Obst	G / M
<b>Freitag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Lachsfilet <i>MSC zertifiziert / Deutsche See</i> Zitronengrassauce Erbsen Hirse 	F M M G	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Avocado-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	G M

G- Gluten / M- Molkereiprodukte / K -Krebstiere / E - Eier / F- Fische / EN- Erdnüsse / SB- Sojabohnen / SF – Schalenfrüchte  
SL- Sellerie / S-Senf / SE- Sesamsamen / SU - Schwefeldioxid-Sulfide / L-Lupinen / W- Weichtiere

29. April-  
05. Mai





# Wichtel-Speiseplan

Woche 5	Frühstück	Allergene	Mittag	Allergene	Brotzeit	Allergene
<b>Montag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Bio-Rinder-Paprikagulasch <i>Ökologische Metzgerei „Landfrau“</i> Spätzle 	G/E	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Tomaten-Frischkäse-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	M M
<b>Dienstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Karotten-Frischkäse Frisches Obst & Gemüse	G M M	Fusilli-Vollkorn-Nudeln Tomatensauce Geriebener Käse Blattsalate Dressing 	G M S	Bio-Joghurt Apfelmus Wichtel Müsli Frisches Obst	M G / SE
<b>Mittwoch</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Kräuter-Frischkäse Geflügelaufschnitt Frisches Obst & Gemüse	G M M	Petersilienwurzelsuppe Petersilienöl Backerbsen Grießbrei Himbeersauce 	M G / E / M G/M	Laugengebäck Frischkäse, Butter Bio-Gartenkresse Frisches Obst & Gemüse	G M
<b>Donnerstag</b>	Vollkorn-Semmeln Käseaufschnitt, Butter Frischkäse Bio-Ei Frisches Obst & Gemüse	G M M	Hähnchen-Knusper-Schnitzel <i>Ursprungslinie Transgourmet</i> Kartoffel-Gurkensalat Wichtel-Ketchup 	G	Milchreis <i>(Selbstgemacht/zuckerfrei)</i> Fruchtpüree <i>(Zuckerfrei)</i> Frisches Obst	M M
<b>Freitag</b>	Wichtel-Müsli Bio-Milch Frisches Obst	G / SE M	Seelachs <i>MSC zertifiziert / Deutsche See</i> Dillsauce Kartoffelpüree Bohngemüse 	F S/M M M	Bio-Dinkelbrot Käseaufschnitt, Butter Avocado-Aufstrich Frisches Obst & Gemüse	G M

G- Gluten / M- Molkereiprodukte / K -Krebstiere / E - Eier / F- Fische / EN- Erdnüsse / SB- Sojabohnen / SF – Schalenfrüchte  
SL- Sellerie / S-Senf / SE- Sesamsamen / SU - Schwefeldioxid-Sulfide / L-Lupinen / W- Weichtiere

06.Mai-  
12.Mai

# Wichtel-Speiseplan

Woche 6	Frühstück	Allergene	Mittag	Allergene	Brotzeit	Allergene
<b>Montag</b>	Wichtel-Müsli	G / SE	Bio-Rinder-Gemüsebolognese	SL	Bio-Dinkelbrot	
	Bio-Milch	M	Alpenrind Ursprungslinie Transgourmet		Käseaufschnitt, Butter	M
	Frisches Obst		Farfalle Nudeln	G	Tomaten-Frischkäse-Aufstrich	M
			Geriebener Käse 	M	Frisches Obst & Gemüse	
<b>Dienstag</b>	Vollkorn-Semmeln	G	Gebackene Kartoffelecken		Bio-Joghurt	M
	Käseaufschnitt, Butter	M	Kräuterquark	M	Himbeerpüree	
	Karotten-Frischkäse	M	Brokkoli	M	Wichtel Müsli	G / SE
	Frisches Obst & Gemüse		Blattsalate		Frisches Obst	
			Dressing 	S		
<b>Mittwoch</b>	Vollkorn-Semmeln	G	Gemüseeeintopf	SL	Laugengebäck	G
	Käseaufschnitt, Butter	M	Maultaschen	G	Frischkäse, Butter	M
	Kräuter-Frischkäse	M	Kaiserschmarrn		Bio-Gartenkresse	
	Geflügelaufschnitt		Apfelmus 	G/E/M	Frisches Obst & Gemüse	
	Frisches Obst & Gemüse					
<b>Donnerstag</b>	Vollkorn-Semmeln	G	Schupfnudeln	G / E	Bio-Orangen-Quark	G / M
	Käseaufschnitt, Butter	M	Geschmorter Spitzkohl		Zwieback	
	Frischkäse	M	Steinpilzsauce		Frisches Obst	
	Bio-Ei					
	Frisches Obst & Gemüse					
<b>Freitag</b>	Wichtel-Müsli	G / SE	Lachsfilet	F	Bio-Dinkelbrot	G
	Bio-Milch	M	MSC zertifiziert / Deutsche See		Käseaufschnitt, Butter	M
			Limettensauce	M	Avocado-Aufstrich	
			Wokgemüse		Frisches Obst & Gemüse	
	Frisches Obst		Basmatireis 			

G- Gluten / M- Molkereiprodukte / K -Krebstiere / E - Eier / F- Fische / EN- Erdnüsse / SB- Sojabohnen / SF – Schalenfrüchte  
SL- Sellerie / S-Senf / SE- Sesamsamen / SU - Schwefeldioxid-Sulfide / L-Lupinen / W- Weichtiere