



Frühstück



Mittagessen

aus der Schulküche Kremmen



Vesper

aus unserer Zwergenküche



Montag	12. Mrz. 2018	Belegte Brötchen hell und dunkel, Zitronenquarkspeise, Gemüsesticks	Nudeln mit Käsesoße und Kräutern, Obst	Knäckebrot/Fillinchen mit Butter und Frischkäse
Dienstag	13. Mrz. 2018	Belegte „Zwergenland“-Brote, Obst- und Gemüsesticks	Lachsfrikadelle mit Dillsauce und Kartoffelbrei, Rohkostsalat	Naturjoghurt mit Kirschen oder Mandarinen
Mittwoch	14. Mrz. 2018	Knäckebrot/Fillinchen, „Zwergenland“-Müsliriegel, Obststicks	Milchnudeln mit Apfelmus, Brötchen	Gemüsesticks mit Kräuterquark
Donnerstag	15. Mrz. 2018	Belegte Vollkorntoastbrote, Vanillejoghurt, Obst- und Gemüsesticks	Rinderbraten mit Apfelrotkohl und Petersilienkartoffeln	Apfelpfannkuchen
Freitag	16. Mrz. 2018	„Zwergenland“-Quarkbrötchen, Obstsalat	Weißkohleintopf mit Rind und einer Scheibe Brot, Kompott	Obstsalat mit Buttermilchdessert und „Zwergenland“-Studentenfutter



Frühstück



Mittagessen

aus der Schulküche Kremen



Vesper

aus unserer Zwergenküche



Montag	19. Mrz. 2018	Belegte Brötchen hell & dunkel, Obst- und Gemüsesticks	Rahmspinat mit Rührei und Petersilienkartoffeln, Obstsalat	Kräuterquark mit Salzstangen, „Zwergenland“-Studentenfutter
Dienstag	20. Mrz. 2018	Gesundes „Zwergenland“-Weißbrot mit Schokoaufstrich und Butter, Frühstücksei	Nudeln Bolognese mit Käse, Joghurt	Knäckebrot/Fillinchen mit Butter und Frischkäse
Mittwoch	21. Mrz. 2018	Die Zwerge wählen ihr Frühstück	Backfisch mit Honigmöhrrchen und Reis, Dessert	Naturjoghurt mit Kirschen oder Mandarinen
Donnerstag	22. Mrz. 2018	Belegte „Zwergenland“-Brote, Vanillequarkspeise, Obst- und Gemüsesticks	Schmorkohl mit Klöbchen und Petersilienkartoffeln	„Zwergenland“-Müsliriegel mit Apfelmus
Freitag	23. Mrz. 2018	Belegte Knäckebrote/Fillinchen, Obststicks	Bunter Gemüseeintopf mit Eierstich und Fleischklöbchen, Brot, Pudding	Vollkorntoast mit Vanillejoghurt