



12.01.26-16.01.26

ESSENSPLANER

Montag

Rinderragout,
Reis,
Grießpudding
Obst

Dienstag

Käsepizza, Obst,
Salatgurke

Mittwoch

Spaghetti,
Gemüse-
bolognese,
Salat, Joghurt,
Obst

Donnerstag

Kartoffel-
auflauf mit
Brokkoli, Obst

Freitag

Putenwiener,
Brötchen, Obst,
Quark