



SPEISEPLAN LEICHT & FIT



ECKERT
CATERING

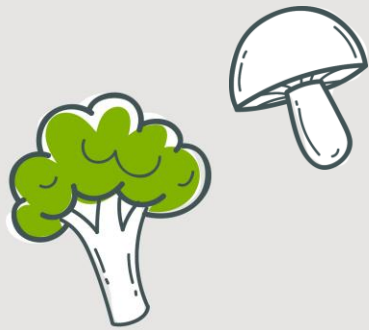


04.11. - 10.11.2024

KW 45	Montag 04.11.	Dienstag 05.11.	Mittwoch 06.11.	Donnerstag 07.11.	Freitag 08.11.	Samstag 09.11.	Sonntag 10.11.
Menü 1	Ofenkartoffel mit Kräuterquark und Grillgemüse	Putenbraten mit Thymiansoße und Vollkornreis	Buchweizen - Gemüsepfanne mit gerösteten Kürbiskernen und Currysoße	Rotbarschfilet mit Senfsoße und Weizenbulgur			
Gemüse	Grillgemüse	Kürbis Wirsing	PrinCESSbohnen Mischgemüse	Brokkoli Frischer Kohlrabi			

Kennzeichnungspflichtige Stoffe siehe Aushang

Änderungen vorbehalten



SPEISEPLAN LEICHT & FIT

ECKERT
CATERING

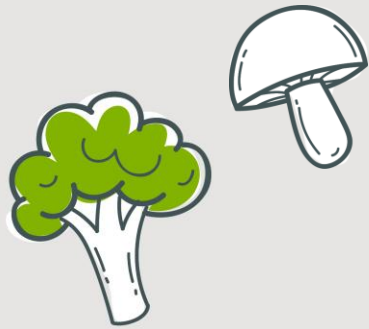


11.11. - 17.11.2024

KW 46	Montag 11.11.	Dienstag 12.11.	Mittwoch 13.11.	Donnerstag 14.11.	Freitag 15.11.	Samstag 16.11.	Sonntag 17.11.
Menü 1	Salat Indian Summer mit Quinoa, Kichererbsen, Bohnen und Sonnenblumenkerne	Rindergulasch mit Dinkelreis	Leichte Kürbis - Spinat Lasagne	Tilapia Fischfilet auf gegrillter Kartoffel - Gemüsepfanne mit Schnittlauchsoße			
Gemüse	Frisches Gemüse	Blumenkohl Rosenkohl	Mischgemüse	Gurke Gemüsemais			

Kennzeichnungspflichtige Stoffe siehe Aushang

Änderungen vorbehalten



SPEISEPLAN LEICHT & FIT

18.11. - 24.11.2024



ECKERT
CATERING



KW 47	Montag 18.11.	Dienstag 19.11.	Mittwoch 20.11.	Donnerstag 21.11.	Freitag 22.11.	Samstag 23.11.	Sonntag 24.11.
Menü 1	Wildlachsfilet auf Blattspinat mit Kartoffeln	Veggie Bolognese mit Reisnudeln		Hähnchen - geschnetzeltes mit Vollkornreis			
Gemüse	Blattspinat Wokgemüse	Karotten Brokkoli		Champignons Kürbis			

Buß - und Betttag

Kennzeichnungspflichtige Stoffe siehe Aushang

Änderungen vorbehalten



SPEISEPLAN LEICHT & FIT

25.11. - 01.12.2024



 **ECKERT**
CATERING



KW 48	Montag 25.11.	Dienstag 26.11.	Mittwoch 27.11.	Donnerstag 28.11.	Freitag 29.11.	Samstag 30.11.	Sonntag 1.12.
Menü 1	Bowl mit Hähnchen oder veggie Chunks mit Quinoa, Salat, Gemüse, gerösteten Nüssen und Sesamsoße	Vegetarische Spinat Frittata mit Kartoffeln und Ei	Fischcurry mit Champignons und Paprika mit Couscous	Putenschnitzel auf rotem Linsenragout			
Gemüse	Frisches Gemüse	Mischgemüse	Spitzkohl Princessbohnen	Frischer Sellerie Brokkoli			

Kennzeichnungspflichtige Stoffe siehe Aushang

Änderungen vorbehalten