



# SPEISEPLAN

## FAB Vollkost

*Montag*

12.01.2026

*Dienstag*

13.01.2026

*Mittwoch*

14.01.2026

*Donnerstag*

15.01.2026

*Freitag*

16.01.2026

Bunte Tomatensuppe  
mit Kräuter und  
Muschelnudeln,  
Brötchen, Milchreis  
mit Birnen

Gebratene  
Hähnchenbrust,  
Rahm-Kohlrabi, **BIO**-  
Reis,  
Mandarinenjoghurt

**BIO** - Pasta mit  
Spinat-Feta-Soße  
Blattsalat mit Essig  
Öl Dressing frisches  
Obst

Seelachs in  
Ciabattapanade,  
Schnittlauch-Dip,  
Risoleekartoffeln,  
Bananenquark

**BIO**-Pasta mit  
Rinder-Bolognese,  
Reibekäse,  
Eisbergsalat mit  
Joghurt-Dressing,  
frisches Obst

## FAB Vegetarisch

*Montag*

12.01.2026

*Dienstag*

13.01.2026

*Mittwoch*

14.01.2026

*Donnerstag*

15.01.2026

*Freitag*

16.01.2026

Bunte Tomatensuppe  
mit Kräuter und  
Muschelnudeln,  
Brötchen, Milchreis  
mit Birnen

Rote-Bete-Sticks,  
Rahmkohlrabi, **BIO**-  
Reis, frisches Obst

**BIO** - Pasta mit  
Spinat-Feta-Soße  
Blattsalat mit Essig  
Öl Dressing, frisches  
Obst

Gemüsefrikadelle mit  
Schnittlauch-Dip,  
Risoleekartoffeln,  
Bananenquark

**BIO**-Pasta mit  
Tomatensoße,  
Reibekäse,  
Eisbergsalat mit  
Joghurt-Dressing,  
frisches Obst

Dessert und Kaltspeisen sind nur für den sofortigen Verzehr geeignet.

Änderungen vorbehalten. Verwendete Zutaten:

Bio Nudeln

Bio Reis

