



# SPEISEPLAN

## FAB Vollkost

*Montag*  
16.03.2026

*Dienstag*  
17.03.2026

*Mittwoch*  
18.03.2026

*Donnerstag*  
19.03.2026

*Freitag*  
20.03.2026

**BIO**-Omelette mit Rahmspinat, Risolee-Kartoffeln, frisches Obst

Kartoffelsuppe mit Geflügelwiener, Brötchen, Muffin

Geflügel-Gulasch, **BIO**-Reis, bunter Salat mit Kräutervinaigrette, frisches Obst

**BIO**-Pasta mit Tomaten-Linsen-Soße, Bananenquark

Hähnchenbrust in Rahmsauce, **BIO**-Reis, frisches Obst

## FAB Vegetarisch

*Montag*  
16.03.2026

*Dienstag*  
17.03.2026

*Mittwoch*  
18.03.2026

*Donnerstag*  
19.03.2026

*Freitag*  
20.03.2026

**BIO**-Omelette mit Rahmspinat, Risolee-Kartoffeln, frisches Obst

Kartoffelsuppe mit Sojawurstchen, Brötchen, Muffin

Gemüse-Gulasch, **BIO**-Reis, bunter Salat, Kräutervinaigrette, frisches Obst

**BIO**-Pasta mit Tomaten-Linsen-Soße, Bananenquark

Brokkoli und Blumenkohl in Käsesauce, **BIO**-Reis, frisches Obst

Dessert und Kaltspeisen sind nur für den sofortigen Verzehr geeignet. Änderungen vorbehalten. Verwendete Zutaten:

Bio Nudeln  
Bio Reis

