Woche 4 vom 22.01. bis 26.01.		
	Hauptgericht	**Vegetarisch**
Mo.	Linsensuppe (i,g) mit Vollkornbrötchen (a,g,k,f) Obst	
Di.	Hähnchen- Schnitzel (a,c,i) Spaltkartoffeln Salat (c,g,j) Joghurt	Frühlingsrolle (a,c,f) mit Reis, Dipp,(2,11,4,) Joghurt
Mi.	Schweine. oder Putenbraten (a,i) Rahmsauce,(3,i,g) Kartoffeln, Gemüse (a,g) Pudding	Pfannkuchen (a,c,g) mit Apfelkompott (2,3) Pudding
Do.	Nudeln (a,c) mit Tomatensauce (2,a,i,g,j) Salat (c,g,j) Obst	
Fr.	Fisch-Nuggets (Lachs) (1,a,c,i,k) Gemüsereis (a,g) Quark	

Woche 5 vom 29.01. bis 02.02.		
	Hauptgericht	**Vegetarisch**
Mo.	Fischstäbchen (Seelachs) (1,a,c,i,k) Gnochi (a,c,g) Tomatesauce (2a,i) Salat (c,g,j) Joghurt	
Di.	Currywurst (4,7,g,k,i) Schwein. o. Pute Nudeln (a,c) Gemüse (a,g) Quark	Pfannkuchen (a,c,g) mit Salat (c,g,j) Quark
Mi.	Hähnchenbrust Spinatsauce (a,g,) Vollkorn-Reis Pudding	Bunter Nudelauflauf (a,c,i,g) Salat (c,g,j) Pudding
Do.	Vegetarische Schnitzel (a,c,i,g) Spaltkartoffeln, Salat (c,g,j) Obst	
Fr.	Mehlknöpfe (a,c,g) Bratkartoffeln Salat (c,g,j) Obst	

1.) mit Farbstoff	4.)Geschmacksverstärker	7.) mit Phosphat	10.) Chininhaltig	13.) gewachst
2.) Konservierungsstoffe	5.) geschwefelt	8.) Milcheiweiß	11.) mit Süßstoff	14.) mit Taurin
3.) Antioxidationsmittel	6.) geschwärzt	9.) Koffeeinhaltig	12.) enthält eine Phenylalininquelle	