



Speiseplan von 01.01.2016 bis 29.01.2016 Vitale LunchboxGmbH 0721 91 53 85 15

www.vitalelunchbox.de  
h\_fayazpour@yahoo.de

**Vitale**  
**LUNCHBOX** gmbh

Wohlschmeckendes und vitales Essen  
für Karlsruher Kinder & Jugendliche

	Montag, 04.01.	Dienstag, 05.01.	Mittwoch, 06.01.	Donnerstag, 07.01.	Freitag, 08.01.
Hauptgerichte	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	Heilige Drei Könige	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>
	Montag, 11.01.	Dienstag, 12.01.	Mittwoch, 13.01.	Donnerstag, 14.01.	Freitag, 15.01.
Hauptgerichte	Fleischküchlein vom Rind v. artgerechter Tierhaltung dazu Spätzle und Rahmsauce	Kartoffelcremesuppe dazu Vollwertiges und Schokopudding	Vegi-Tortellini an Tomaten-Basilikumsauce dazu Salat	Damfnudeln dazu Apfelmus und Vanillesauce	Putenkloßchen mit Sellerie und Karotten geschmort, dazu Kräuterreis und Salat
	<b>Obst</b>		<b>Obst</b>	<b>Obst</b>	<b>Nachtisch</b>
	Montag, 18.01.	Dienstag, 19.01.	Mittwoch, 20.01.	Donnerstag, 21.01.	Freitag, 22.01.
Hauptgerichte	Kartoffel-Lauchcremesuppe dazu Vollwertiges und Nachtisch	Käsespätzle dazu Gemüsesalat	Pasta Bolognese v. Rind dazu Salat	Semmelknödel dazu Rahmgemüse mit Champignons	Fischstäbchen aus nachhaltiger Züchtung dazu Rahmkartoffeln und Gemüsepfanne
		<b>Obst</b>	<b>Nachtisch</b>	<b>Obst</b>	<b>Obst</b>
	Montag, 25.01.	Dienstag, 26.01.	Mittwoch, 27.01.	Donnerstag, 28.01.	Freitag, 29.01.
Hauptgerichte	Puten-Schinken-Nudeln dazu Karottensalat	Schupfnudeln mit Apfelmus	Gemüsecreme Suppe dazu Vollwertiges und Vanillepudding	Gulasch vom Rind v. artgerechter Tierhaltung dazu Knöpfe und Salat	Kartoffel-Kohrabi-rahmblättchen dazu winterlicher Salat
	<b>Nachtisch</b>	<b>Obst</b>		<b>Obst</b>	<b>Obst</b>