

## Frühstück

- frische Brötchen
- Toastbrot/Vollkorn-Toastbrot
- Margarine, Butter, Frischkäse
- Rührei und frisch gekochte Eier im täglichen Wechsel
- verschiedener Wurstaufschnitt (Schwein und Pute/Huhn)
- Käsescheiben, Weichkäse/Brie und Schmelzkäse
- Marmelade, Honig, Schokocreme
- Müsli / Cornflakes / Naturjoghurt
- frisches Obst
- Aufgeschnittene Tomaten und Gurken
- Kaffee, Tee, Kakao, Milch, Saft (O-Saft, Multisaft oder Apfelsaft), Wasser



## Mittagessen - im STC Mannheim (Speiseplan im Wechsel - alle 4 Woche)

## Abendessen

- Misch- und Vollkornbrot
- Toastbrot/Vollkorn-Toastbrot
- Margarine, Butter, Frischkäse
- verschiedener Wurstaufschnitt (Schwein und Pute/Huhn)
- Käsescheiben, Weichkäse/Brie und Schmelzkäse
- Rohkost im Wechsel (saure Gurken, Tomaten, Gurken, Paprika, Oliven, Peperoni)
- Tomate-Mozzarella
- frisches Obst
- Tee, Wasser/Zitronenwasser



## zusätzlich zum Abendessen

**Dienstag** - Lachsaufschnitt oder Thunfischsalat, **Mittwoch** - Frikadellen, **Donnerstag** - Toast Hawaii

**- Änderungen vorbehalten! -**