



Menüplan Densa Park – Oktober 2026

Woche 40	Woche 41	Woche 42	Woche 43	Woche 44
	Montag (05.10.26) Gemüsesuppe Adrio mit Balsamicosauce und Teigwaren	Montag (12.10.26) <i>Selleriesalat</i> <i>Olluquito de carne</i>	Montag (19.10.26) Rüebli-Apfel-Salat Polenta mit Linsen-Gemüse-Ragout	Montag (26.10.26) Kürbissuppe Tortellini mit Ricotta und Spinat
	Dienstag (06.10.26) Thonsalat Rösti mit Gemüse	Dienstag (13.10.26) Hummus mit Fladenbrot Hackbraten mit Steckrüben und Kartoffeln	Dienstag (20.10.26) <i>Randensalat</i> <i>Estofado de Pollo mit Reis</i>	Dienstag (27.10.26) Kichererbsensalat Rindsragout mit Kartoffelstock und Rüebli
	Mittwoch (07.10.26) Gurkensalat Poulet-Ratatouille mit Couscous	Mittwoch (14.10.26) Blumenkohlsalat Gemüselasagne	Mittwoch (21.10.26) Fenchelsalat mit Kurkuma Quinoa-Gemüsepfanne mit roten Bohnen	Mittwoch (28.10.26) <i>Grüner Salat</i> <i>Locro de zapallo (Kürbis-Kartoffel-Eintopf mit Käse)</i>
Donnerstag (01.10.26) Kabis-Rüebli-Salat Butternut-Kürbis mit Linsen	Donnerstag (08.10.26) Weisskabissalat Hirse-Gemüse-Auflauf mit Käse	Donnerstag (15.10.26) Rüebli-salat Kartoffel-Gemüse-Galetten mit Kräuterquark	Donnerstag (22.10.26) Kabis-Apfel-Salat Gemüsepizza mit Mozzarella	Donnerstag (29.10.26) Rüebli-salat Kartoffelsalat mit Ei und Gurke
Freitag (02.10.26) Tomatensuppe Crêpes mit Champignons	Freitag (09.10.26) <i>Weizenperlensalat</i> <i>Empanadas de carne</i>	Freitag (16.10.26) Grüner Salat Gemüse-Paella mit Poulet	Freitag (23.10.26) Chicoréesalat Eiertortilla mit Spinat und Tomaten	Freitag (30.10.26) Maissalat Fisch à la Bordelaise mit Reis

Spezialitäten zum pädagogischen Monatsthema: Peru

