



„Essen mit Köpfchen“



Kooperation des Landratsamtes und der Apotheken zur Ernährungsberatung
im Landkreis Mühldorf am Inn

„Bunt und knackig“

Neue kulinarische Ideen für Ihr

Schulfest

Statt Leberkäsesemmel und Currywurst ...

Obst und Gemüse:

Salatbüfett, Rohkostsalate, Kräuterquark, Salat mit Putenstreifen
Obstbar, Obstspieße, aufgeschnittene Wassermelone, Nüsse
Gemüsekekchen, Quiche, Gemüse-Käsespieße

Warmes Essen:

Gemüseburger
Gyrossemmel
Nudelgerichte z.B. Makkaroni mit Tomatensoße
Gemüsesuppe
Eintopf z.B. Bohnen-Linseneintopf



Grill:

Schaschlik
gerollter Schweinehals
Gemüsespieße
Steckerlfisch
Maiskolben mit Kräuterbutter
Knoblauchbrot
Folienkartoffeln mit Kräuterquark

Alkoholfreie Cocktails

Wir wünschen gesunden Appetit!!!