



Aktueller Speiseplan



Montag, 04.10.21

Heute: Rinder – Cevapcici ^{aw,i*}, in Bratensauce ^{aw*}, dazu Djuvecreis und Krautsalat

Veggie: Eieromelette, auf Rahmspinat ^{awg,g*}, dazu Rosmarinkartoffeln

Oder: Pellkartoffeln mit Quarkdip, dazu Gemüsestreifen (Gurke, Möhren, Paprika), Kiwi 

Dazu: Pfirsichjoghurt oder Kiwis

Dienstag, 05.10.21

Heute: Seehechtfilet in Knusperpanade ^{aw,d*}, dazu eine helle Sauce ^{awg,g*}, Langkornreis und Gurkensalat in Joghurtdressing

Veggie: Italienische Minestrone, mit Karotten, Lauch, Sellerie, Tomaten & Zwiebeln, dazu ein Ciabattabrötchen ^{aw*}

Oder: Möhren – Kartoffel – Untereinander, dazu Röstzwiebeln ^{aw*}, Banane 

Dazu: Bananen

Mittwoch, 06.10.21

Heute: Pikantes Hähnchengulasch, mit Paprika ^{aw*}, dazu Vollkorn – Penne ^{aw*} und Blattsalate mit Essig – Öldressing, Birne 

Veggie: gegrillter Maiskolben, mit gebackenen Kartoffelecken ^{aw*}, dazu Kräuterdip ^{g*}

Oder: Gemüse – Bratling ^{aw,c,g*}, dazu Zucchini – Paprikagemüse und Kräuterreis

Dazu: Joghurt mit Ananasstücken oder Birnen

Donnerstag, 07.10.21

Heute: Maccheroni ^{aw*}, mit einer milden Broccoli – Rahmsauce ^{aw*}, dazu Blattsalate mit Essig & Öl

Veggie: Gemüse – Schnitzel ^{aw,f,i*}, aus Gartengemüse (Blumenkohl, Karotten, Erbsen) und Dinkelkörnern, dazu Tomatensauce und Vollkornreis, Pflaume  

Oder: Reibekuchen ^{aw,c*}, nach Oma`s Rezept, dazu Apfelmus 3,11*

Dazu: Vanillepudding oder Pflaumen

Freitag, 08.10.21

Heute: Spiral – Nudeln ^{aw*}, dazu eine Tomaten – Kräuter – Thunfischsauce ^{d*} & Endiviensalat in Sauce Vinaigrette, Apfel 

Veggie: Gemüse – Bagel ^{aw,i*}, mit Currydip, Kartoffelpüree ^{g*} & Endiviensalat in Sauce Vinaigrette

Oder: Kartoffel – Hackfleisch – Auflauf (Rind) ^{c,g*}, mit Oregano und Thymian und Mozzarellakäse überbacken

Dazu: Äpfel



*(kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene; zur Erläuterung beachten Sie bitte den separaten Aushang.) Änderungen vorbehalten.

Die Menüs mit diesem Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulpflege“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert.

