



# Aktueller Speiseplan



## Montag, 12.09.22

**Heute:** Geflügelfrikadelle mit Bratensauce <sup>aw,f,g,i,j\*</sup>, dazu Spätzle <sup>aw,c\*</sup> und Bohnensalat mit Essig – Öldressing

**Veggie:** Asia – Thai – Nudelpfanne <sup>aw,c\*</sup>, mit Wokgemüse (Weißkohl, Paprika, Erbsenschoten), mit Rührei und Sojasauce <sup>2\*</sup>, dazu Pfirsich – Maracujajoghurt 

**Oder:** Vegane Currybällchen, dazu Gemüserais, Ajvardip und Bohnensalat mit Essig – Öldressing 

**Dazu:** Pfirsich – Maracuja – Joghurt oder Birnen

## Dienstag, 13.09.22

**Heute:** Hamburger vom Rind <sup>aw,i\*</sup> im Sesambrötchen <sup>aw,k\*</sup>, mit Tomate, Gurke und Ketchup <sup>11\*</sup>, dazu Country – Cubes <sup>aw\*</sup>

**Veggie:** Gebackene Ofenkartoffel, mit Kräuter – Gurken – Quark <sup>g\*</sup>, dazu Möhren – Apfelsalat mit Essig und Öl, Apfel 

**Oder:** Pikantes Chili Sin Carne, mit Soja <sup>f,i\*</sup>, dazu Naturreis & Möhren – Apfelsalat mit Essig und Öl 

**Dazu:** Äpfel

## Mittwoch, 14.09.22

**Heute:** Gebratene Hähnchenbrust, auf pikanter Paprikasauce <sup>aw\*</sup>, dazu Rosmarinkartoffeln und Blattsalate mit Schnittlauch – Joghurtdressing <sup>g\*</sup>, Banane 

**Veggie:** Gnocchi <sup>aw\*</sup>, mit mild gewürzter Basilikumsauce, dazu Blattsalate mit Schnittlauch – Joghurtdressing <sup>g\*</sup>

**Oder:** Gemüse – Frikadelle <sup>aw,c\*</sup>, dazu Tomatendip, Kartoffelpüree <sup>g\*</sup> und Blattsalate mit Schnittlauch – Joghurtdressing <sup>g\*</sup>

**Dazu:** Schokoladenpudding oder Bananen

## Donnerstag, 15.09.22

**Heute:** Knusperstick <sup>aw,i,k\*</sup>, mit Karotten, Zwiebeln und Äpfel, in Sesamhülle, dazu Stampfkartoffeln <sup>g\*</sup> und Tomatensalat

**Veggie:** Weiße Bohnensuppe „Balkan Art“ <sup>i\*</sup>, mit Kartoffeln, Karotten, Lauch, dazu ein Mehrkornbrötchen <sup>aw\*</sup> und Kiwi  

**Oder:** Italienische Ravioli <sup>aw,c\*</sup>, in Tomaten – Kräutersauce, dazu Tomatensalat

**Dazu:** Joghurt „Waldbeere“ oder Kiwis

## Freitag, 16.09.22

**Heute:** Lachs – Knusperportion <sup>aw,j\*</sup>, mit heller Kräutersauce <sup>aw,g\*</sup>, dazu Vollkorn – Penne <sup>aw\*</sup>, Gurkensalat mit Joghurtdressing <sup>g\*</sup> und Nektarine 

**Veggie:** Kartoffel – Blumenkohl – Romanesco – Auflauf <sup>c,g\*</sup> mit Mozzarellakäse überbacken

**Oder:** „Farfalle – Carbonara“ <sup>aw,g,i\*</sup>, Nudeln in Schmetterlingsform mit einer Putenschinken – Rahmsauce <sup>aw,g,2,3\*</sup>, dazu Parmesankäse und Gurkensalat mit Joghurtdressing <sup>g\*</sup>

**Dazu:** Nektarinen



\*(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 Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert.

