

Speiseplan KW 10

	Montag 06.03.2023	Dienstag 07.03.2023	Mittwoch 08.03.2023	Donnerstag 09.03.2023
Schüler-Menü 4,20 €	Rinderhackfleischbällchen in Tomatensoße mit Rahmkartoffelstampf Karottengemüse <i>Kuchen</i> A;C;G;I;J 	Rindergulasch mit Spätzle Rote-Betesalat 1 Bio-Apple A;C;G;I;J 	Seelachs nuggets mit Zaziki Nudel-Gemüsesalat Stracciatellajoghurt A;C;D;G;I;J 	Gebratener Kalbsfleischkäse mit Bratensoße und Rahmkartoffelstampf Karotten-Rohkostsalat 1 Clementine A;G;I;J;O 
Teeni-Menü 4,20 €	Dinkelspätzle mit vegetarischer Rahmsoße Karottengemüse <i>Kuchen</i> A;C;G;I;J 	Bio-Tagliatelle mit BioLinsenbolognese und Bio-Reibkäse Rote-Betesalat 1 Bio-Apple A;C;G;I;J 	Blumenkohl-Käseschnitzel mit Zaziki und Salzkartoffeln Stracciatellajoghurt A;C;G;I;J 	Bio-Tagliatelle mit BioLinsenbolognese und Bio-Reibkäse Karotten-Rohkostsalat 1 Clementine A;C;G;I;J 
Vegetarisch 4,20 €	Bio-Penne mit Bio-Ratatouillesoße <i>Kuchen</i> A;C;G;I;J 	Winterlicher Gemüseeintopf mit Kartoffeln, Zwiebeln, Kräutern 1 Semmel Rote-Betesalat 1 Bio-Apple I;J 	Radiator mit Paprika- Kirschtomatensoße Chinakohlsalat Stracciatellajoghurt A;C;G;I;J 	3 Pfannkuchen mit Zimt-Zucker Apfelmus A;C;G 
Wochensalat 4,20 €	„Protein Bowl“ mit roten Linsen, Ei,Hüttenkäse, Cashewkernen, Tomaten,Früchten, Blattsalat, Avocadoapfeldressing 1 Vollkornsemmel <i>Kuchen</i> A;C;G;H;I;J 	„Protein Bowl“ mit roten Linsen, Ei,Hüttenkäse, Cashewkernen, Tomaten,Früchten, Blattsalat, Avocadoapfeldressing 1 Vollkornsemmel 1 Bio-Apple A;C;G;H;I;J 	„Protein Bowl“ mit roten Linsen, Ei,Hüttenkäse, Cashewkernen, Tomaten,Früchten, Blattsalat, Avocadoapfeldressing 1 Vollkornsemmel Stracciatellajoghurt A;C;G;H;I;J 	„Protein Bowl“ mit roten Linsen, Ei,Hüttenkäse, Cashewkernen, Tomaten,Früchten, Blattsalat, Avocadoapfeldressing 1 Vollkornsemmel 1 Clementine A;C;G;H;I;J 



enthält Geflügel



enthält Schweinefleisch



enthält Rindfleisch



enthält Lamm



enthält Fisch



vegetarisches Menü

Allergene und Deklarationspflichtige Zusatzstoffe: A = Glutenhaltig; B = Krebstiere; C = Eier und Eierzeugnisse; D = Fisch und Fischerzeugnisse; E = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse; F = Soja und Sojaerzeugnisse;

G = Milch und Milcherzeugnisse; H = Schalenobst(Nüsse); I = Sellerie und Sellerieerzeugnisse; J = Senf und Senferzeugnisse; K = Sesamsamen; L = Schwefeldioxid und Sulfide; M = Lupinen;

N = Weichtiere(Schnecken,Muscheln,Kalmare,Austern); O = mit Konservierungsstoff

Kursiv & Fett = Menüempfehlung DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)



