

Speiseplan KW 11

| | Montag 13.03.2023 | Dienstag 14.03.2023 | Mittwoch 15.03.2023 | Donnerstag 16.03.2023 |
|-----------------------------------|---|---|---|--|
| Schüler-Menü 4,20 € | Lasagne mit Rinderhackfleisch, Gemüse, Tomaten, Mozzarella Bohnensalat Waffel A;C;G;I;J  | Hähnchengeschnetzeltes in milder Currysoße mit Bio-Reis Brokkoli 1 Clementine A;E;F;G;I;J  | Rinder-Pizzahacksteak mit BBQ-Soße und Kleine Ofenkartoffeln Rote-Betesalat Apfelmus A;C;G;E;F;I;J  | <i>Paniertes Seelachsfilet mit Remoulade und Kartoffelsalat</i> <i>1 Bio-Apfel</i> A;C;G;D;I;J  |
| Teeni-Menü 4,20 € | „Chili con Carne“ mit Rindfleisch, Bohnen, Mais, Paprika Bio-Vollkornreis Bohnensalat Waffel A;I;J  | Sojageschnetzeltes mit Kichererbsen und Paprika in milder Currysoße mit Bio-Reis Brokkoli 1 Clementine A;E;F;I;J  | <i>Gewürzrahm-Linsen-Gemüse mit Knöpflespätzle Rote-Betesalat</i> Apfelmus A;C;G;I;J  | Paniertes Gemüseschnitzel mit Remoulade und Salzkartoffeln Weißkraut-Möhren-Apfelsalat 1 Bio-Apfel A;C;G;I;J  |
| Vegetarisch 4,20 € | „Chili sin Carne“ mit Soja, Mais, Bohnen und Paprika Bio-Vollkornreis Bohnensalat Waffel A;F;I;J  | Bio-Spaghetti mit Bio-Tomatensauce und Bio-Reibkäse Chinakohlsalat 1 Clementine A;C;G;I;J  | Vanille-Milchreis mit Zimt-Zucker Apfelmus G  | <i>Pennnudeln mit Soja-Belugalinsen Gemüsebolognese Weißkraut-Möhren-Apfelsalat</i> 1 Bio-Apfel A;C;F;I;J  |
| Wochensalat 4,20 € | „Italien-Fitness-Bowl“ Ricotta mit Walnüssen und Honig, gebratener Paprika, Peccorino, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel Waffel A;C;G;H;I;J  | „Italien-Fitness-Bowl“ Ricotta mit Walnüssen und Honig, gebratener Paprika, Peccorino, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel 1 Clementine A;C;G;H;I;J  | „Italien-Fitness-Bowl“ Ricotta mit Walnüssen und Honig, gebratener Paprika, Peccorino, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel Apfelmus A;C;G;H;I;J  | „Italien-Fitness-Bowl“ Ricotta mit Walnüssen und Honig, gebratener Paprika, Peccorino, Balsamicodressing und 1 Vollkornsemmel 1 Bio-Apfel 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)



