



Speiseplan

KW 2 | 11.01. bis 15.01.2021



Die Speisenauswahl in Grün entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“. Diese wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert und mit dem



| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|--|---|--|--|--|
| Menü 1 <i>DGE-Linie</i> | Rührei Dampfkartoffeln Rahmspinat E,M G,W,M kJ: 1896 kcal: 453,2 | Gabelspaghetti (BIO) Lachs-Sahnesoße Gurkensalat  G,W  G,W,F,M Sw,3 kJ: 2541 kcal: 607,3 | Gemüse-Köttbullar (Erbsen/Mais) Rahmsoße Kartoffel--Püree Rahmwirsing E G,W,M,Sr M G,W,M kJ: 1933 kcal: 462,1 | Hähnchenfrikassee Naturreis Erbsengemüse  G,W,M,2,3 kJ: 1743 kcal: 416,6 | Gemüsemultaschen (Spinat/Lauch) in Brühe Bunter Kartoffelsalat mit Paprika & Gurke G,W,E,Sr,Sf Sw,1,2,3 kJ: 2207 kcal: 527,4 |
| | Menü 2 <i>bunt gemixte Alternative</i> | Hähnchenschnitzel Dampfkartoffeln Rahmspinat  G,W,E G,W,M kJ: 1709 kcal: 408,6 | Gabelspaghetti (BIO) Tomatenrahmsoße Reibekäse Gurkensalat  G,W M,Sr M Sw,3 kJ: 2597 kcal: 620,7 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | Veggiefrikassee (Vales) Naturreis Erbsengemüse G,W,H,E,M,2,3 kJ: 1727 kcal: 412,8 |
| Menü 3 <i>Pasta & mehr</i> | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 |
| Menü 4 <i>glutenfrei lactosefrei</i> | *Gemüse-Dino *Dampfkartoffeln *-Rahmspinat- *Kirschgrütze E,Sr M 2 kJ: 1648 kcal: 393,9 | *-Penne- *-Lachs-Sahnesoße- *Gurkensalat *Frischobst  F,M Sw,3 kJ: 2603 kcal: 622,1 | *-Rinderhacksteak- *-Tomatensoße- *Ofenkartoffeln *Eisbergsalat *Vinaigrette *Apfelmus  Sr Sw,3 3 kJ: 1259 kcal: 300,9 | *G/L frei Hähnchenfrikassee *Naturreis *Erbsengemüse *Frischobst  M,2,3 kJ: 1852 kcal: 442,7 | *Ungarische Gulaschsuppe (Rind) mit Paprika *G/L frei Brötchen *Frischobst  Sr S kJ: 2270 kcal: 542,5 |
| Menü 5 <i>Suppentopf</i> | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 |
| Menü 6 <i>Tagessalat</i> | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 | heute kein Angebot kJ: 0 kcal: 0,0 |
| Dessert | Pfirsichjoghurt M kJ: 311 kcal: 74,3 | Frischobst kJ: 204 kcal: 48,8 | Apfelkompott Vanillequark M kJ: 476 kcal: 113,9 | Frischobst kJ: 204 kcal: 48,8 | Frischobst kJ: 204 kcal: 48,8 |