



Speiseplan

KW 3 | 18.01. bis 22.01.2021



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



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Veggietag	Freitag
Menü 1 <i>DGE-Linie</i>	Vollkorn-Fusilli (BIO) Carbonara Soße (Karotte/Lauch/Sellerie) Blattsalat Joghurdressing	Schlemmerfilet (Seelachs) in Tomatenrahmsoße Ebly Gemüsemais	Falafelbällchen Zaziki Parboiled Reis Karottensalat	'Ofenkartoffeln Schnittlauchdip Eisbergsalat Vinaigrette	vegetarischer Kloß Paprikasoße Knöpfe Erbsen - Karottengemüse
	kj: 2168 kcal: 518,2	kj: 2243 kcal: 536,1	kj: 2301 kcal: 549,9	kj: 484 kcal: 115,7	kj: 2696 kcal: 644,4
Menü 2 <i>bunt gemixte Alternative</i>	Vollkorn-Fusilli (BIO) Carbonara Soße (mit Pute) Blattsalat Joghurdressing	Soja-Nuggets Tomatenrahmsoße Ebly Gemüsemais	heute kein Angebot	Grießbrei Kirschoße Zimtzucker Gurkenrohkost Kräuterdip	heute kein Angebot
	kj: 2199 kcal: 525,6	kj: 2480 kcal: 592,7	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 2194 kcal: 524,4	kj: 0 kcal: 0,0
Menü 3 <i>Pasta & mehr</i>	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot
	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0
Menü 4 <i>glutenfrei lactosefrei</i>	*-Penne-veg. Bolognese *Blattsalat *Vinaigrette *-Pudding-	*Seelachs (natur) *-Tomatensoße- *Dampfkartoffeln *Gemüsemais *Frischobst	*Putengyros *Zaziki-L *Parboiled Reis *Karottensalat *-Fruchtjoghurt-	*Ofenkartoffeln *-Kräuterquark- *Eisbergsalat *Vinaigrette *Frischobst	*Fusilli G/L frei *-Spinat-Käsesoße- *Knabberkarotten *Alpro Soja Vanille
	kj: 2989 kcal: 714,5	kj: 957 kcal: 228,6	kj: 2221 kcal: 530,8	kj: 698 kcal: 166,7	kj: 1918 kcal: 458,5
Menü 5 <i>Suppentopf</i>	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot
	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0
Menü 6 <i>Tagessalat</i>	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot
	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0
Dessert	Kuhpudding (Vanille/Schoko)	Frischobst	Berliner	Frischobst	Mandelquark
	kj: 345 kcal: 82,6	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 534 kcal: 127,7