



# Speiseplan KW 36 | 02.09. bis 06.09.2019



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 DGE-Logo ausgezeichnet.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b> <i>Fleisch &amp; Fisch</i>	<b>Hähnchenkeule</b> <b>Geflügelsoße</b> <b>Penne (BIO)</b> <b>Karottensalat</b> M,Sr G,W Sw,3 kj: 2936 kcal: 701,8	<b>Hokifilet (mehliert)</b> <b>gebraten</b> <b>Buttersoße</b> <b>Naturreis</b> <b>Gurkenrohkost</b> <b>Dip natur</b> G,W,F,M,Sf G,W,M M kj: 1923 kcal: 459,6	<b>Tortellini Carne (Rind)</b> <b>Tomatenrahmsoße</b> <b>Eisb.salat &amp; Karotte, Mais</b> <b>Joghurtdressing</b> G,W M,Sr M,Sw,3 kj: 3226 kcal: 771,0	<b>Hähnchenbrust</b> <b>Frischkäsesoße</b> <b>Dampfkartoffeln</b> <b>Kohlrabigemüse</b> G,W,M kj: 1578 kcal: 377,1	<b>Kalbsbraten</b> <b>Kalbsoße</b> <b>Fusilli (BIO)</b> <b>Blumenkohlsalat</b> G,W,M,Sr G,W E,M,Sw,3 kj: 2817 kcal: 673,3
	<b>Menü 2</b> <i>vegetarisch</i>	<b>Penne (BIO)</b> <b>Tomatensoße</b> <b>Reibekäse</b> <b>Karottensalat</b> G,W M,Sr M Sw,3 kj: 2782 kcal: 664,9	<b>Brokkoli-Nuss-Ecke</b> <b>Buttersoße</b> <b>Naturreis</b> <b>Gurkenrohkost</b> <b>Dip natur</b> G,W,E,Schf,H2 G,W,M M kj: 2350 kcal: 561,7	<b>Tortellini Ricotta-Spinat</b> <b>Tomatenrahmsoße</b> <b>Eisb.salat &amp; Karotte, Mais</b> <b>Joghurtdressing</b> G,W,M M,Sr M,Sw,3 kj: 3282 kcal: 784,5	<b>Valess Schnitzel Toscana</b> <b>Frischkäsesoße</b> <b>Dampfkartoffeln</b> <b>Kohlrabigemüse</b> G,W,H,E,M G,W,M kj: 1771 kcal: 423,2
<b>Menü 3</b> <i>Pasta &amp; mehr</i>		<b>gebratene Gnocchi</b> <b>Spinatrahmsoße</b> <b>Karottensalat</b> G,W,E G,W,M Sw,3 kj: 3303 kcal: 789,5	<b>Fusilli Tricolore (BIO)</b> <b>Mexikanische Soße</b> <b>(Mais/Bohnen/Paprika)</b> <b>Gurkenrohkost</b> <b>Dip natur</b> G,W M,Sr M kj: 2039 kcal: 487,3	<b>Gemüse-Ebly</b> <b>Ajvarrahmsoße</b> <b>Eisb.salat &amp; Karotte, Mais</b> <b>Joghurtdressing</b> G,W,Sr M,Sr M,Sw,3 kj: 2671 kcal: 638,3	<b>Kaiserschmarrn</b> <b>Pfirsichkompott</b> <b>Vanillesoße</b> <b>Rohkoststicks (Gurke/Paprika)</b> <b>Quarkdip</b> G,W,E,M M M kj: 2843 kcal: 679,4
	<b>Menü 4</b> <i>glutenfrei lactosefrei</i>	<b>*Spaghetti G/L frei</b> <b>*-Tomatensoße-</b> <b>*Karottensalat</b> <b>*Apfelmus</b> Sr Sw,3 3 kj: 1939 kcal: 463,4	<b>*Seelachs (natur)</b> <b>*-Tomatensoße-</b> <b>*Dampfkartoffeln</b> <b>*Gurkenrohkost</b> <b>*Frischobst</b> Sr Sr kj: 672 kcal: 160,6	<b>*Rigatoni G/L frei</b> <b>*-Spinatkäsesoße-</b> <b>*Rohkoststicks</b> <b>(Gurke/Paprika)</b> <b>*-Pudding-</b> M M,1 kj: 2137 kcal: 510,9	<b>*G/L frei</b> <b>Hähnchengeschnetzeltes</b> <b>*Naturreis</b> <b>*Erbsengemüse</b> <b>*Frischobst</b> kj: 1775 kcal: 424,2
<b>Menü 5</b> <i>Suppentopf</i>		<b>Blumenkohlcremesuppe mit Bio-Blumenkohl und Eierstich</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,E,M G,W kj: 1934 kcal: 462,2	<b>Karotten-Ingwer-Suppe mit Bio-Karotten und Kartoffelwürfeln</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M,Sw,3 G,W kj: 1811 kcal: 432,9	<b>Kohlrabicremesuppe mit Bio-Lauchstreifen</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M G,W kj: 1766 kcal: 422,0	<b>Gemüserahmsuppe mit Bio-Gemüse (Karotte/Erbsen/Blumenkohl)</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M G,W kj: 1533 kcal: 366,5
	<b>Menü 6</b> <i>Tagessalat</i>	<b>Tortellinisalat mit Tomaten, Paprika und Hirtenkäse</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M,Sw,3 G,W kj: 4922 kcal: 1176,4	<b>'Türkischer Salat' mit Bulgur, Tomate, Mais, Oliven, Hirtenkäse</b> <b>Weizenbrötchen</b> <b>Joghurtdressing</b> G,W,M,3 G,W M,Sw,3 kj: 2381 kcal: 569,1	<b>'Norweger Salat' Blattsalat, Räucherlachs, Gurke, Karotte, Tomate</b> <b>Weizenbrötchen</b> <b>Vinaigrette</b> G,W Sw,3 kj: 1429 kcal: 341,5	<b>'Italienischer Salat' Blattsalat, Truthahnschinken, Käse, Tomate, Olive</b> <b>Weizenbrötchen</b> <b>Joghurtdressing</b> M,2,3,7,4 G,W M,Sw,3 kj: 1934 kcal: 462,3
<b>Dessert</b>		<b>Schokoladenpudding</b> M kj: 347 kcal: 83,0	<b>Frischobst</b> kj: 204 kcal: 48,8	<b>Mandelquark</b> M,Schf,H1 kj: 534 kcal: 127,7	<b>Frischobst</b> kj: 204 kcal: 48,8