



# Speiseplan KW 37 | 09.09. bis 13.09.2019



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>Putenoberkeule</b> <b>Geflügelsoße</b> <b>Knöpfe</b> <b>Rotkohlsalat</b> M,Sr Sw,3	<b>Schlemmerfilet (Seelachs)</b> <b>in Tomatenrahmsoße</b> <b>Paprika-Couscous</b> <b>Blattsalat</b> <b>French Dressing</b> G,W,F,M,Sr M,Sr G,W E,M,Sf	<b>Geflügel-Nürnberger</b> <b>Geflügelsoße</b> <b>Röstiecken</b> <b>Konfettisalat</b> <b>(Mais/Erbsen/Paprika)</b> 3,4 M,Sr Sw,3	<b>Ungarische Gulaschsuppe</b> <b>(Rind) mit Paprika</b> <b>Vollkornbrötchen</b> Sr G,W,R,Ge,H	<b>Geflügel-Cevapcici</b> <b>Djuvec Reis</b> <b>Zaziki</b> <b>Maisgemüse</b> G,W,E,Sr,Sf M
	kj: 1445 kcal: 345,5	kj: 2418 kcal: 577,9	kj: 2184 kcal: 522,0	kj: 2282 kcal: 545,4	kj: 2380 kcal: 568,8
<b>Menü 2</b> <i>vegetarisch</i>	<b>Murmelmöhren in Sahnesoße</b> <b>Knöpfe</b> <b>Rotkohlsalat</b> G,W,M Sw,3	<b>Ofenkartoffeln</b> <b>Kräuterquark</b> <b>Blattsalat</b> <b>French Dressing</b> M E,M,Sf	<b>Vollkorn-Penne (BIO)</b> <b>Tomatenpesto</b> <b>Konfettisalat</b> <b>(Mais/Erbsen/Paprika)</b> BIO G,W M,Schf,H1 Sw,3	<b>Käsespätzle mit Bio-Spätzle</b> <b>Karotten-Krautsalat</b> G,W,E,M Sw,3	<b>Polenta-Käseschnitte (Bio)</b> <b>Djuvec Reis</b> <b>Zaziki</b> <b>Maisgemüse</b> G,W,E,M M
	kj: 629 kcal: 150,4	kj: 538 kcal: 128,6	kj: 2131 kcal: 509,3	kj: 2310 kcal: 552,1	kj: 2246 kcal: 536,9
<b>Menü 3</b> <i>Pasta &amp; mehr</i>	<b>Gabelspaghetti (BIO)</b> <b>Paprikasoße</b> <b>Rotkohlsalat</b> BIO G,W M,Sr Sw,3	<b>vegetarische Cannelloni</b> <b>(Spinat) mit Käse gratiniert</b> <b>Blattsalat</b> <b>French Dressing</b> G,W,E,M E,M,Sf	<b>Apfelkühle</b> <b>Vanillesoße</b> <b>Rohkoststicks (Gurke/Karotte)</b> <b>Dip natur</b> G,W,E,M M M	<b>Rigatoni (BIO)</b> <b>Mangold-Käsesoße</b> <b>Karotten-Krautsalat</b> BIO G,W G,W,M Sw,3	<b>Fusilli (BIO)</b> <b>Karotten-Kürbissoße</b> <b>Snacktomaten</b> BIO G,W G,W,M
	kj: 1852 kcal: 442,6	kj: 2210 kcal: 528,3	kj: 2399 kcal: 573,4	kj: 2485 kcal: 593,9	kj: 2062 kcal: 492,7
<b>Menü 4</b> <i>glutenfrei lactosefrei</i>	<b>*G/L Frei Hähnchenbrust- filet</b> <b>mit heller Soße</b> <b>*Parboiled Reis</b> <b>*Karottensalat</b> <b>*Frischobst</b> M Sw,3	<b>*Schollenfilet natur</b> <b>*-Dill-Senfsoße-</b> <b>*Ofenkartoffeln</b> <b>*Blattsalat</b> <b>*Vinaigrette</b> <b>*-Pudding-</b> F M,Sf Sw,3 M,1	<b>*Fusilli G/L frei</b> <b>*Tomatenpesto</b> <b>*Konfettisalat</b> <b>(Mais/Erbsen/Paprika)</b> <b>*Frischobst</b> Schf,H1 Sw,3	<b>*Ungarische Gulaschsuppe (Rind) mit Paprika</b> <b>*G/L frei Brötchen</b> <b>*-Fruchtjoghurt-</b> Sr S M,1	<b>*Rigatoni G/L frei</b> <b>*-Spinatkäsesoße-</b> <b>*Snacktomaten</b> <b>*-Pudding-</b> M M,1
	kj: 2381 kcal: 569,0	kj: 1648 kcal: 394,0	kj: 2097 kcal: 501,2	kj: 2555 kcal: 610,7	kj: 2118 kcal: 506,1
<b>Menü 5</b> <i>Suppentopf</i>	<b>Kartoffelsuppe mit Bio-Tofu</b> <b>Weizenbrötchen</b> S,M G,W	<b>Zucchini cremesuppe mit Bio-Zucchini und Hähnchenwürfeln</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M G,W	<b>Karotten-Ingwer-Suppe mit Bio-Karotten und Kartoffelwürfeln</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M,Sw,3 G,W	<b>Mais cremesuppe mit Bio-Mais und Truthahnsalamistreifen</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M,Sw,1,2,3 G,W	<b>Blumenkohl cremesuppe mit Bio-Blumenkohl und Eierstich</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,E,M G,W
	kj: 1638 kcal: 391,5	kj: 1957 kcal: 467,8	kj: 1811 kcal: 432,9	kj: 2308 kcal: 551,6	kj: 1934 kcal: 462,2
<b>Menü 6</b> <i>Tagessalat</i>	<b>Bunter Eier-Kartoffelsalat mit Geflügelfrikadellchen</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,E,M,Sf,Sw,1,2,3 G,W	<b>'Holländischer Salat' mit Blattsalat, Karotte, Tomate, Gurke, Gouda</b> <b>Joghurtdressing</b> <b>Weizenbrötchen</b> G,W,M M,Sw,3 G,W	<b>'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven</b> <b>Vinaigrette</b> <b>Weizenbrötchen</b> M,7 Sw,3 G,W	<b>'Mexikanischer Salat' mit Blattsalat, Mais, Kidneybohnen, Tomaten, Hähnchenbruststreifen</b> <b>Joghurtdressing</b> <b>Weizenbrötchen</b> Sr,Sw,1,3,8 M,Sw,3 G,W	<b>'Spanischer Salat' mit Blattsalat, Paprika, Oliven, Tomaten, Thunfisch</b> <b>Vinaigrette</b> <b>Weizenbrötchen</b> F Sw,3 G,W
	kj: 3155 kcal: 754,0	kj: 2389 kcal: 570,9	kj: 2516 kcal: 601,3	kj: 1720 kcal: 411,2	kj: 1451 kcal: 346,7
<b>Dessert</b>	<b>Frischobst</b> kj: 204 kcal: 48,8	<b>Buttermilchdessert</b> M kj: 375 kcal: 89,6	<b>Frischobst</b> kj: 204 kcal: 48,8	<b>Milchreisdessert</b> <b>Zimtucker</b> M kj: 498 kcal: 118,9	<b>Frischobst</b> kj: 204 kcal: 48,8