



Speiseplan

Highlight-Woche!

KW 42 | 17.10. bis 21.10.2022



Die Menülinie 1 (mit Dessert) entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“. Diese wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert und mit dem



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Veggie-tag	Freitag
Menü 1 <i>DGE-Linie</i> 	Gnocchi Rahmbrokkoli Eisbergsalat Joghurtdressing G,W,E G,W,M M	Hähnchengeschnetzeltes Vollkorn-Penne BIO Erbsengemüse G,W,M,Sr G,W	Fischstäbchen (Seelachs) Kartoffelstampf Rahmspinat G,W,F M G,W,M,3,4	Pizza "Margherita" Gurkensalat G,W,M	Spaghetti (BIO) Tomatenrahmsoße Reibekäse Karottensalat G,W M,Sr M
	kj: 2075 kcal: 495,9	kj: 1574 kcal: 376,1	kj: 1587 kcal: 379,4	kj: 1772 kcal: 423,6	kj: 2208 kcal: 527,8
Menü 2 <i>bunt gemixte Alternative</i>	Hähnchenschnitzel (paniert) Ketchup Röstiecken Eisbergsalat Joghurtdressing G,W Sr M	Vollkorn-Penne (BIO) Basilikum-Pesto Blattsalat Kräutervinaigrette G,W G,W,M,Schf,H1 Sf,Sw,8	Salzkartoffeln Kräuterquark Rohkoststicks Paprika M	Grießbrei Erdbeersoße Zimtzucker Gurkenrohkost-Scheiben G,W,M	Spaghetti (BIO) Bolognese (Rind) Reibekäse Karottensalat G,W Sr M
	kj: 1779 kcal: 425,2	kj: 2374 kcal: 567,4	kj: 1171 kcal: 279,9	kj: 1408 kcal: 336,5	kj: 2184 kcal: 522,1
Menü 3 <i>Bio-Linie</i> 	Bio-Köttbullar (Rind) Rahmsoße (Bio) Parboiled Reis (BIO) Eisbergsalat (Bio) Joghurtdressing (Bio) Bio-Erdbeerquark G,W,M,Sr M M	Kaiserschmarrn (Bio) Apfelmus (Bio) Zimtzucker (Bio) Gurkenrohkost-Scheiben (Bio) Bioobst G,W,E,M 3	Schupfnudeln (Bio) Rahmspinat (Bio) Bio-Kuhpudding G,W,E G,W,M M	Fusilli (BIO) Paprikasoße (Bio) Rote Linsen (Bio) Bioobst G,W M,Sr	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung (Bio) Schnittlauchdip (Bio) Karottensalat (Bio) Bio-Kirschjoghurt M,3 M M
	kj: 2344 kcal: 560,3	kj: 2334 kcal: 557,9	kj: 2171 kcal: 519,0	kj: 2283 kcal: 545,8	kj: 2515 kcal: 601,0
Menü 4 <i>glutenfrei lactosefrei</i>	°Hähnchenbrustfilet °Ketchup °Bratkartoffeln °Eisbergsalat °Joghurtdressing °Fruchtjoghurt Sr Sw M M	°Penne °Basilikum-Pesto °Blattsalat °Kräutervinaigrette °Frischobst Schf,H1 Sf,Sw,8	°Salzkartoffeln °Kräuterquark °Rohkoststicks Paprika °Pudding M M,1	°Pizza "Margherita" °Gurkensalat °Frischobst S,M	°Fusilli °Tomatenrahmsoße °Karottensalat °Alpro Soja Vanille M,Sr S,1
	kj: 2008 kcal: 479,9	kj: 3562 kcal: 851,4	kj: 1865 kcal: 445,8	kj: 2399 kcal: 573,3	kj: 3666 kcal: 876,3
Menü 5 <i>Tagessalat</i>	'Serbischer Salat' mit weißen Bohnen, Paprika und Cocktailtomaten Weizenbrötchen M,7 G,W	'Norweger Salat' mit Blattsalat, Räucherlachs, Gurke, Karotte, Tomate Roggenbrötchen 'Vinaigrette F,7 G,W,R,Ge Sf,Sw,8	'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven Vollkornbrötchen 'Vinaigrette M,7 G,W,R,Ge,H Sf,Sw,8	'Caesar Salat' mit Blattsalat, Mais, Paprika, Parmesan, Croutons Weizenbrötchen 'Caesar-Dressing G,W,E,M,2 G,W E,M,Sf,Sw,2,3,8	Tortellinisalat mit Tomaten, Paprika und Hirtenkäse Weizenbrötchen G,W,M G,W
	kj: 2150 kcal: 513,8	kj: 1898 kcal: 453,6	kj: 2973 kcal: 710,6	kj: 2398 kcal: 573,0	kj: 3636 kcal: 869,1
Dessert	Erdbeerquark M	Frischobst	Kuhpudding (Vanille/Schoko) M	Frischobst	Kirschjoghurt M
	kj: 305 kcal: 73,0	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 276 kcal: 66,1	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 213 kcal: 50,8