

Schulspeiseplan

für die Woche 15 vom 09.04.2018 bis 13.04.2018

* Gerichte entsprechen  Qualitätsstandard für die Schulverpflegung zertifiziert von Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ

Montag

Dienstag


Mittwoch

Donnerstag

Freitag


Vollkost Fleisch und Fisch

Würstchengulasch mit Spirelli
6, 9, 15, 19, 21, 22, 27, 36

"Frankfurter
Hähnchenschnitzel" mit
grüner Soße, dazu
Butterkartoffeln 

hausgemachte Lasagne
Bolognaise (Rind)
2, 13, 19, 21, 22, 27, 36

Puten-Gyros mit Fladenbrot,
Tzatziki und Tomaten-Gurken-
Salat 

Dinosaurier Nudeln mit Tomaten-
Thunfisch-Sauce 

Nährwerte

KH:89, EW:34, FE:26, kcal:719


KH:45, EW:35, FE:29, kcal:551

KH:40, EW:11, FE:15, kcal:338


KH:77, EW:50, FE:32, kcal:725

KH:64, EW:20, FE:2, kcal:357

Vegetarisch

Vollkorn Pasta mit
Tomatensoße dazu Reibekäse 

Gemüseschnitzel mit
Frankfurter Grüne Soße und
Salzkartoffeln

hausgemachte
Gemüselasagne 

Vegetarische Gyros mit
Fladenbrot, Tzatziki und
Tomate-Gurken-Salat

Kaiserschmarrn "Wiener Art" mit
Rosinen dazu Apfelkompott

Nährwerte

KH:54, EW:16, FE:11, kcal:379

KH:64, EW:21, FE:27, kcal:560

KH:55, EW:7, FE:16, kcal:395

KH:119, EW:42, FE:57, kcal:904

KH:92, EW:14, FE:21, kcal:622

Großer Salatteller mit Beilage

mit Käse und geräucherter
Putenbrust
2, 19, 20, 21, 22, 27

mit gebratener
Hähnchenbrust
27

mit Balkankäse und Oliven
4, 19, 27

mit Thunfisch und Zwiebeln
16, 27

mit Mais und Paprika
27

Nährwerte

KH:45, EW:16, FE:10, kcal:344

KH:47, EW:37, FE:4, kcal:382

KH:46, EW:16, FE:12, kcal:370

KH:49, EW:25, FE:2, kcal:323

KH:52, EW:10, FE:2, kcal:275

Pasta

**täglich wechselnde Pasta (Spaghetti, Spirelli, Penne, Tortellini, Makkaroni usw.)
dazu Soße nach Wahl (siehe Do.+ Fr.):**

mit Tomatensoße (vegetarisch)
13, 15, 21, 27

mit Bolognesesoße (Rind)
13, 15, 21, 22, 27

Nährwerte

KH:63, EW:9, FE:3, kcal:324

KH:60, EW:11, FE:2, kcal:305

Dessert

Banane

Pflaumenquarkspeise
19, 36

Karamelpudding
13, 19, 36

Natur-Joghurt mit Zimt & Zucker
19, 36

Obst gemischt

Nährwerte

KH:24, EW:14, FE:2, kcal:108

KH:19, EW:7, FE:0, kcal:109

KH:22, EW:4, FE:2, kcal:120

KH:15, EW:4, FE:2, kcal:93

Zu allen Gerichten gibt es täglich: Rohkoststicks oder Beilagensalat nach Wahl

DE-RP-022-05221-B



Wir verwenden alle Nudeln, Reis, Tofu natur, Tofu geräuchert und Sojagranulat ausschließlich in Bio-Qualität.
Für die in Bio-Qualität angebotenen Produkte werden wir von der Kontrollstelle überprüft (DE-ÖKO-022).



Allergene und Zusatzstoffe:

2 - Mit Farbstoff, 4 - Geschwärzt, 6 - Mit Phosphat, 9 - Mit Antioxidationsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 23 - Enthält Sesam, 27 - Enthält Gluten/Weizen, 29 - Enthält Gluten/Gerste, 36 - Enthält Laktose