






Schulspeiseplan

für die Woche 21 vom 21.05.2018 bis 25.05.2018

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vollkost Fleisch und Fisch Nährwerte	Hähnchenbrust natur gebraten mit "Cesar Salat" (Parmesan, Sonnenblumenkerne) dazu Honig Senf-Dressing und Vollkornbrötchen  27, 28 KH:37, EW:40, FE:7, kcal:373	gefüllter Putenrollbraten (Lauch) in brauner Soße mit Salzkartoffeln und Brokkoli 18, 19, 21, 27, 36 KH:29, EW:8, FE:17, kcal:258	Pfannkuchen mit Chilli con Carne 13, 15, 19, 21, 22, 27, 36 KH:33, EW:15, FE:19, kcal:364	gebratenes Alaska-Seelachsfilet mit Vollkornreis, Sahnedillsoße und Erbsengemüse  13, 16, 19, 21, 27, 36 KH:24, EW:37, FE:32, kcal:636	"Frankfurter Hähnchenschnitzel" mit grüner Soße, dazu Butterkartoffeln 15, 19, 22, 27, 36 KH:45, EW:35, FE:29, kcal:551
Vegetarisch Nährwerte	überbackener Tellerrösti mit Tomate und Mozzarella dazu Ratatouillegemüse 13, 15 KH:45, EW:6, FE:15, kcal:341	Variationen von Gemüsetaler mit Wedges dazu Sauce Tatar  15, 19, 22, 27, 36 KH:68, EW:21, FE:48, kcal:620	Pfannkuchen mit - Vanillesoße - Schoko - Zimt & Zucker  2, 15, 19, 25, 27, 36 KH:37, EW:17, FE:20, kcal:400	Tortellini (Ricotta-Spinat) und Tomaten-Basilikum-Soße 13, 15, 19, 21, 27 KH:134, EW:26, FE:20, kcal:824	Frankfurter Grüne Soße mit Ei und Salzkartoffeln  15, 19, 22, 36 KH:32, EW:14, FE:16, kcal:303
Großer Salatteller mit Beilage Nährwerte	mit Käse und geräucherter Putenbrust ^{2, 19, 20, 21, 22, 27} KH:45, EW:16, FE:10, kcal:344	mit Balkankäse und Oliven ^{4,} 19, 27 KH:46, EW:16, FE:12, kcal:370	mit Thunfisch und Zwiebeln 16, 27 KH:49, EW:25, FE:2, kcal:323	mit gebratener Hähnchenbrust ²⁷ KH:47, EW:37, FE:4, kcal:382	mit Mais und Paprika ²⁷ KH:52, EW:10, FE:2, kcal:275
Pasta Nährwerte	täglich wechselnde Pasta (Spaghetti, Spirelli, Penne, Tortellini, Makkaroni usw.) dazu Soße nach Wahl (siehe Do.+ Fr.):				
Dessert Nährwerte	Kirsch-Joghurt ^{19, 36} KH:19, EW:3, FE:1, kcal:100	Obst gemischt	Obst gemischt	Himbeerquarkspeise ^{19, 36} KH:15, EW:7, FE:2, kcal:106	Vanillepudding ^{2, 19, 36} KH:22, EW:3, FE:2, kcal:119

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, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 25 - Enthält Schwefeldioxid und Sulfite, 27 - Enthält Gluten/Weizen, 28 - Enthält Gluten/Roggen, 36 - Enthält Laktose