

Schulspeiseplan

für die Woche 26 vom 26.06.2017 bis 30.06.2017



zertifizierte Gerichte entsprechend den Qualitätsstandarts für Schulverpflegung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Fleisch und Fisch

Nährwerte

Hähnchenschnitzel "Mailänder Art"
(im Ei-Parmesan-Mantel)
mit Spaghetti und
Tomatensoße
13, 15, 19, 21, 27

KH:111, EW:50, FE:9, kcal:737

Curry-Wurst vom Rind mit
Wedges
9, 22, 27

KH:51, EW:22, FE:26, kcal:526



Bunte Putenfleisch -
Gemüsepfanne mit Baguette
23, 27, 29

KH:76, EW:14, FE:17, kcal:510

Laugen-Burger(Rind) mit
Pommes und Ketchup
22, 27

KH:60, EW:30, FE:25, kcal:590



Lachsfilet auf Sahnedillsoße
mit Vollkornreis
13, 16, 19, 27, 36

KH:25, EW:5, FE:22, kcal:410



Vegetarisch

Nährwerte

Milchreis mit Kirschkompott
13, 19, 36

KH:159, EW:20, FE:7, kcal:785



Vegi Brat-Curry-Wurst mit
Wedges
15, 18, 19, 21, 27

KH:53, EW:17, FE:44, kcal:677

Spaghetti mit Tomatensoße
und Reibekäse
2, 13, 15, 19, 21, 27

KH:96, EW:22, FE:11, kcal:580



Laugen - Gemüse - Burger mit
Pommes und Ketchup^{15, 22, 27}

KH:59, EW:8, FE:3, kcal:299

Reispfanne nach "Balkan Art"
(Paprika, Tomate,
Brechbohnen, Mais, Feta) mit
Joghurtdip
21

KH:40, EW:5, FE:1, kcal:186

Großer Salatteller mit Baguette

Nährwerte

mit gebratener
Hähnchenbrust
27

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

mit Balkankäse und Oliven^{4,}
19, 27

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

mit Thunfisch und Zwiebeln^{16,}
27

KH:45, EW:24, FE:1, kcal:300

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

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

mit Mais und Paprika
27

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

Pasta

Nährwerte

täglich wechselnde Pasta, dazu Sauce nach Wahl:

Obst gemischt

Natur-Joghurt mit Zimt & Zucker
19, 36

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

Apfel

KH:14, EW:0, FE:0, kcal:61

Milch-Eis
19, 36

KH:20, EW:8, FE:1, kcal:114

Obst gemischt

Dessert

Nährwerte

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 DE-ÖKO-022 überprüft.



Allergene und Zusatzstoffe:

2 - Mit Farbstoff, 4 - Geschwärzt, 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