

Schulspeiseplan

für die Woche 32 vom 06.08.2018 bis 10.08.2018

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

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vollkost Fleisch und Fisch

Nährwerte

Pasta mit drei Verschiedene Soßen,
Tomatensoße mit Reibekäse
Ceddar-Käse-Soße
Bolognesesoße (Rind)
2, 13, 15, 19, 21, 22, 27, 36

KH:78, EW:24, FE:26, kcal:646



paniertes Hähnchenschnitzel
mit Rahmspinat und
Salzkartoffeln
13, 19, 27, 36

KH:39, EW:29, FE:17, kcal:431

Rinderrahmgeschnezeltes
(Champignon, Paprika) mit
Vollkorn-Kräuter-Reis
13

KH:12, EW:4, FE:21, kcal:341



Fischstäbchen vom Lachs mit
hausgemachtem
Kartoffelstampf dazu
Erbsenrahmgemüse
16, 19, 27, 36

KH:48, EW:24, FE:21, kcal:478



Hähnchenschenkel mit Rahm-
Weißkraut-Salat mit Bagutte und
Ketchup
19, 27, 36

KH:52, EW:46, FE:29, kcal:664

Vegetarisch

Nährwerte

Pasta mit drei Verschiedene Soßen,
Tomatensoße mit Reibekäse
Ceddar-Käse-Soße
Bolognesesoße (Rind)
2, 13, 15, 19, 21, 22, 27, 36

KH:78, EW:24, FE:26, kcal:646

Rührei mit Rahmspinat dazu
Salzkartoffeln
13, 15, 19, 27, 36

KH:30, EW:21, FE:17, kcal:368



hausgemachte
Gemüsepuffer mit
Vollkornreis, dazu
Sahnesoße
13, 15, 19, 27, 36

KH:46, EW:10, FE:23, kcal:532

Karottenschnitzel (paniert)
mit hausgemachtem
Kartoffelsalat dazu
Remoulade
15, 19, 27, 36

KH:63, EW:15, FE:22, kcal:516

Valles (Milchschnitzel) mit Rahm-
Kraut-Salat und Baguette
2, 15, 19, 27, 36

KH:54, EW:33, FE:27, kcal:711



Großer Salatteller mit Beilage

Nährwerte

mit Mangospalten und
Sonnenblumenkernen
2, 19, 27

KH:52, EW:17, FE:10, kcal:378

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

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

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

mit Thunfisch und Zwiebeln
16, 27

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

Pasta

Nährwerte

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

mit Cheddar-Käse-Soße
2, 15, 19, 27, 36

KH:56, EW:23, FE:21, kcal:508

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

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

Dessert

Nährwerte

Obst gemischt

Vanillepudding
2, 19, 36

KH:22, EW:3, FE:2, kcal:119

Wassermelone

KH:14, EW:1, FE:0, kcal:57

Himbeerquarkspeise
19, 36

KH:15, EW:7, FE:2, kcal:106

Obst gemischt

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, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 19 - Enthält Milch, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 27 - Enthält Gluten/Weizen, 36 - Enthält Laktose