

Schulspeiseplan

für die Woche 38 von 16-09-2019 bis 20-09-2019



Diese Gerichte entsprechen dem Qualitätsstandard für die Schulverpflegung, zertifiziert vom Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Fleisch oder Fisch

Hoki gebraten (mehliert) mit Nudelsalat, Remoulade und Zitrone



15, 16, 19, 22, 27, 36

Pizza mit Tomate, Reibekäse und Putensalami



2, 6, 19, 27

"Frankfurter Hähnchenschnitzel" mit grüner Soße dazu Butterkartoffeln

15, 19, 22, 27, 36

Curry-Wurst vom Rind mit Wedges

9, 22, 27

Hackbällchen vom Rind mit Kartoffelpüree dazu Bratensoße

13, 15, 18, 19, 21, 22, 27, 36

Nährwerte

KH:132, EW:42, FE:45, kcal:858

KH:24, EW:41, FE:53, kcal:736

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

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

KH:840, EW:130, FE:33, kcal:4330

Vegetarisch

gebratene Schupfnudeln mit Mediteranem Gemüse

13, 15, 19, 36

Pizza Margherita (Mozzarella und Tomate)

2, 19, 27

Frankfurter Grüne Soße mit Ei und Salzkartoffeln

15, 19, 22, 36

Vegi Brat-Curry-Wurst mit Wedges

15, 18, 19, 21, 27

Risotto mit Gebratenen Zucchini und Auberginen dazu Parmesan

7, 19, 36

Nährwerte

KH:61, EW:13, FE:14, kcal:430

KH:31, EW:29, FE:28, kcal:490

KH:33, EW:26, FE:26, kcal:440

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

KH:47, EW:12, FE:33, kcal:346

Großer Salatteller

mit Mehrkornbrötchen

mit Chicken Wings

27

mit gebratenen Champignons

27

mit Fischstäbchen

16, 27

mit Mais und Paprika

27

mit Antipasti

27

Nährwerte

KH:47, EW:27, FE:14, kcal:433

KH:50, EW:12, FE:2, kcal:275

KH:64, EW:24, FE:13, kcal:478

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

KH:53, EW:10, FE:4, kcal:297

Pasta

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

mit Tomatensoße (vegetarisch)

13, 15, 21, 27

mit Carbonara-Soße (Putenschinken, Zwiebel, Sahne)

2, 13, 15, 19, 27, 36

Nährwerte

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

KH:67, EW:28, FE:28, kcal:632

Dessert

Banane

Kirsch-Götterspeise

2

Obst gemischt

Karamelpudding

13, 19, 36

Obst gemischt

Nährwerte

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

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

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

DE-RP-022-05221-B:

Wir verwenden nur Penne, Spirelli, Spaghetti, Hörnchen, Maccaroni, Tortellini, Ravioli, Lasagne, Farfalle, tricolore, Vollkornspiralen, Vollkornspaghetti, Mie-Nudeln, Tofu natur und geräuchert, Sojagranulat sowie Natur-, Rundkorn-, Basmati- und paroled Reis in Bio-Qualität. Dies wird von der Kontrollstelle (DE-ÖKO-022) überprüft.



Allergene und Zusatzstoffe:

2 - Mit Farbstoff, 6 - Mit Phosphat, 7 - Mit Konservierungsstoff, 9 - Mit Antioxidationsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 27 - Enthält Gluten/Weizen, 36 - Enthält Laktose