

# Schulspeiseplan

für die Woche 50 vom 10.12.2018 bis 14.12.2018



\* Gerichte entsprechen dem Qualitätsstandard für die Schulverpflegung zertifiziert von Prüf- & Zertifizierungs-Institut

Dr. KAUTZ

## Montag

## Dienstag

## Mittwoch

## Donnerstag

## Freitag

### Vollkost Fleisch und Fisch

Welsfilet in Kunsperpanade  
dazu Gemüsevollkornreis  
und Tomatensoße

13, 15, 16, 19, 27, 36



Nährwerte

KH:36, EW:5, FE:10, kcal:258

Puten-Gyros  
mit Foccaciabrot,  
Tzatziki und Krautsalat

15, 19, 22, 23, 27, 29, 36



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

Rindergeschnetzeltes  
mit Kartoffelkloß  
und Rotkohl

13, 18, 21

KH:46, EW:7, FE:13, kcal:328

Hähnchenbrust natur  
gebraten mit Waldpilzsoße  
und Kartoffelrösti

15, 18, 21, 27



KH:37, EW:39, FE:34, kcal:558

Pizza Hähnchen  
(Hähnchenbrust,  
Mais und Käse)

2, 6, 19, 27

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

### Vegetarisch

Blumenkohlröschen  
im Backteig gebacken  
mit Wedges  
und Sour Creme

15, 19, 22, 27, 36

Nährwerte

KH:66, EW:23, FE:30, kcal:638

Vegetarisches Gyros  
mit Foccaciabrot,  
Tzatziki und Krautsalat

15, 18, 19, 21, 22, 23, 27, 29, 36

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

Kartoffel-Steckrübenauflauf  
dazu Feldsalat

2, 19, 36



KH:33, EW:9, FE:39, kcal:339

Kaiserschmarrn  
mit Rosinen  
dazu Apfelkompott

15, 19, 27, 36

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

Pizza Margherita  
(frische Tomate,  
Käse, Basilikum)

2, 19, 27

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



### Großer Salatteller

mit Räucherlachs  
2, 19, 27

Nährwerte

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

mit Balkankäse und Oliven  
4, 19, 27

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

mit Chickennuggets  
27

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

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

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

mit gebr. Champignons  
27

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

### Pasta

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

Nährwerte

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

Götterspeise Waldmeister  
2

Nährwerte

KH:9, EW:0, FE:0, kcal:38

Obst gemischt

KH:25, EW:0, FE:0, kcal:102

Pflaumenquarkspeise  
19, 36

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

Apfelkompott

KH:25, EW:0, FE:0, kcal:102

Natur-Joghurt  
mit Zimt & Zucker  
19, 36

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 - Geschwärtzt, 6 - Mit Phosphat, 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

