

Speiseplan 11. März - 5. April

Mo

Di

Mi

Do

Fr

	11. März	12. März	13. März	14. März	15. März
Menü I	Spaghetti Bolognese Bio-Nudeln / (Rind)	Eier in Senfsoße (vegetarisch) / Petersilienkartoffeln	Gemüse-Eintopf (vegetarisch) / Roggenbrötchen	Currywurst (Geflügel) / Knusprige Kartoffelecken	Fischragout / Bio-Kräuterreis / Dillsoße
Menü II (Vegetarisch)	Kartoffelklöße / Schmelz / Rahmkarotten	Nudelauflauf Vollkornnudeln / Gemüsestreifen	Schupfnudel-Pilzpfanne	Kürbis-Kartoffel-Auflauf	Champignon-Blätterteig-Tasche / Lauchgemüse
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Menü IV	Maultaschen / Röhrei / Zwiebeln / (vegetarisch)	Maultaschen / Röhrei / Zwiebeln / (vegetarisch)	Maultaschen / Röhrei / Zwiebeln / (vegetarisch)	Maultaschen / Röhrei / Zwiebeln / (vegetarisch)	Maultaschen / Röhrei / Zwiebeln / (vegetarisch)
Vorspeise	<i>Paprikasticks / Joghurt dip</i>	<i>Eisbergsalat / Hausdressing</i>	<i>Gemüsebrühe / Pfannkuchenstreifen</i>	<i>Karottensticks / Quark</i>	<i>Brokkolirahmsuppe</i>
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Grießpudding</i>	<i>Plunder</i>	<i>Obst der Saison</i>

	18. März	19. März	20. März	21. März	22. März
Menü I	Gemüse-Pfanne Bio-Bandnudeln / Hühnchen-Saté-Spieß	Kartoffel-Bohnen-Eintopf (vegetarisch) / Hefengebäck	Herzhafte Pfannkuchen (vegetarisch) / Gemüseragout	Chili con Carne (Rind)	Backfisch Remoulade / Kartoffel-Gurkensalat
Menü II (Vegetarisch)	Spinatkartoffeln (gebacken) / Feta	Gnocchi al Forno (Bio) / Tomaten / Käse, überbacken	Penne Rigate (Vollkorn) / Schwenkgemüse / Tomaten-Käse-Soße	Ofenkartoffel / Quark	Arme Ritter Auflauf
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Menü IV	Ravioli / Tomatensoße / (vegetarisch)	Ravioli / Tomatensoße / (vegetarisch)	Ravioli / Tomatensoße / (vegetarisch)	Ravioli / Tomatensoße / (vegetarisch)	Ravioli / Tomatensoße / (vegetarisch)
Vorspeise	<i>Tomatensuppe</i>	<i>Gurkensalat</i>	<i>Blattsalat / Hausdressing</i>	<i>Bauernsalat</i>	<i>Gemüsebrühe / Gemüswürfel</i>
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i>	<i>Grießschnitte</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Fruchtjoghurt</i>

	25. März	26. März	27. März	28. März	29. März
Menü I	Lachslasagne / Bio-Spinat	Gulasch (Rind) / Spätzle	Lauch-Kartoffel-Eintopf Käse / Rinderhackfleisch	Kartoffel-Tortilla (vegetarisch) / Tomaten / Paprika	Linseneintopf Knackwürstchen / (vegetarisch)
Menü II (Vegetarisch)	Champignonragout / Bio-Makkaroni	Spiralnudeln (Vollkorn) / Tomaten-Paprika-Soße	Schupfnudeln / Gemüse-Pfanne	Pizza Margherita	Gemüsebulgur / Paprika / Porree / Mais / Emmentaler / Erdnüsse
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Menü IV	Penne (Bio) / Brokkoli-Sahnesoße / (vegetarisch)	Penne (Bio) / Brokkoli-Sahnesoße / (vegetarisch)	Penne (Bio) / Brokkoli-Sahnesoße / (vegetarisch)	Penne (Bio) / Brokkoli-Sahnesoße / (vegetarisch)	Penne (Bio) / Brokkoli-Sahnesoße / (vegetarisch)
Vorspeise	<i>Endiviensalat / Knoblauchdressing</i>	<i>Kartoffelsuppe</i>	<i>Blattsalat / Hausdressing</i>	<i>Blumenkohlrahmsuppe</i>	<i>Gurkensalat</i>
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Himbeer-Sahne-Schnitte</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Butterkeks-Pudding</i>

	1. April	2. April	3. April	4. April	5. April
Menü I	Ravioli (mit Käsefüllung / vegetarisch / Bio) / Tomatenwürfel / Basilikum	Westernpfanne (Rinder-Hackfleisch) / Kartoffeln / Bohnen / Quark	Maultaschen (vegetarisch) / Röhrei / Zwiebeln	Seelachs (gedünstet) / Senfsoße / Petersilienkartoffeln	Schnitzel (Geflügel), paniert / Kartoffelgratin
Menü II (Vegetarisch)	Gemüse-Curry / Bio-Reis	Spiral-Nudeln (Vollkorn) / Italienische Pesto / Parmesan	Frühlingsrolle (Bio) / Wok-Gemüse	Gefüllte Zucchini Kartoffeln / Tomatensoße	Milchreis / Zimt & Zucker
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Menü IV	Chili con Carne (Rind)	Chili con Carne (Rind)	Chili con Carne (Rind)	Chili con Carne (Rind)	Chili con Carne (Rind)
Vorspeise	<i>Karotten-Ingwer-Suppe</i>	<i>Chinakohl / Joghurt dressing</i>	<i>Karottensalat</i>	<i>Erbsensuppe</i>	<i>Tomatensalat</i>
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Rote Grütze / Vanillesoße</i>	<i>Obstsalat</i>	<i>Mandarinen-Käse-Schnitte</i>

- Zusatzstoffe**
- mit Farbstoff
 - mit Konservierungsstoff
 - mit Antioxidationsmittel
 - mit Geschmacksverstärkern
 - geschwefelt
 - geschwärzt
 - gewachst
 - mit Phosphat
 - mit Süßungsmitteln
 - enthält eine Phenylalaninquelle
 - ab 100g Tafelsüße pro kg: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
 - konserviert mit Thiabendazol

- Allergene**
- a = Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon
(a1 = enthält Weizen [wie Dinkel, Khorasan-Weizen], a2 = enthält Roggen,
a3 = enthält Gerste, a4 = enthält Hafer)*,
b = enthält Krebstiere*,
c = enthält Eier*,
d = enthält Fisch*,
e = enthält Erdnuss*,
f = enthält Soja*,
g = enthält Milch*,
h = Schalenfrüchte
davon (h1 = enthält Mandeln*, h2 = enthält Haselnüsse*, h3 = enthält
Walnüsse*, h4 = enthält Kaschunüsse*, h5 = enthält Pecannüsse*,
6 = enthält Paranüsse*, h7 = enthält Pistazien*, h8 = enthält
Macadamia- oder Queenslandnüsse)*,

- i = enthält Sellerie*,
j = enthält Senf*,
k = enthält Sesamsamen*,
l = enthält Schwefeldioxid/Sulfite,
m = enthält Lupinen*,
n = enthält Weichtiere*
- * und daraus gewonnene Erzeugnisse

Der Speiseplan erhält kein Schweinefleisch - ebenso werden in der Herstellung keine aus Schwein erzeugten Produkte verwendet. Die Fleischarten sind, wo Teil des Menüs, dort angegeben. Sonstige Menüs sind vegetarisch.

Der Menüplan orientiert sich an den von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) herausgegebenen Richtlinien.

Menü IV wird nicht an allen Schulen angeboten. Es ist - solange Vorrat reicht - wie auch Menü III (Salatteller) als "Spontanessen" an den für Chip-Abholung ausgestatteten Standorten erhältlich. Bei Abholung bitte Chip bereithalten oder zuvor Wertmarke kaufen.

Änderungen vorbehalten!