

# SPEISEPLAN GRUNDSCHULE



MONAT : Oktober 2020

| Woche             | Essen | Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag  |
|-------------------|-------|---|---|---|---|--|
| 01.10. bis 02.10. | I     |   |   |   | <b>Tomaten-Zucchini-Gemüse</b><br>in Kräuter-Tomatensauce,<br>Naturreis, Obst a1, G           | <b>1 Fischburger</b><br>mit Zitronenbuttersauce,<br>Kart., Möhrensalat a1, G, I, F                   |
|                   | II    |   |   |   | <b>Jagdwurstwürfel</b> (Schwein)<br>dazu Butternudeln<br>Gurkensalat a1, G, I, J              | <b>Schweinebraten</b><br>mit Soße, Schwarzwurzel,<br>Salzkartoffeln a1, C, F, G, I, J                |
| 05.10. bis 09.10. | I     | <b>Reiseintopf mit Eierstich</b><br>Karotten, Erbsen, Kohlrabi<br>Roggenbröt., Joghurt a1, C, G, I, J | <b>Panierte Jagdwurst</b> (Schwein)<br>Tomatensauce, Vollkornnudeln<br>Eisbergs., Dress a1, G, I, J | <b>Vors. Blumenkohlcremsuppe</b><br>Quarkkeulchen<br>mit Apfelmus a1, G, C, I, J                    | <b>Vegetarische Bolognaise</b><br>mit Spagetti dazu<br>Obstsalat C, G, F, I                   | <b>Seelachs gegrillt</b><br>mit Remouladensauce,<br>Kartoffeln, Obst a1, C, F, I, J, 5               |
|                   | II    | <b>Hähnchen-Cordon-Bleu</b><br>mit Soße, Erbsengemüse,<br>Kartoffeln, Joghurt a1, C, G, I, J          | <b>Pikantes Eierragout</b><br>mit Sentsauce, Kartoffeln<br>Rote-Beete-Salat 5, a1, C, F, I, J       | <b>Putenbrust natur</b><br>mit Rahmsauce, Blumenkohl,<br>Salzkartoffeln, a1, F, G, I, J, 10         | <b>Schweineschnitzel paniert</b><br>Rahmsauce, Kartoffeln<br>Rohkostsalat a1, F, G, I         | <b>Würzfleisch vom Schwein</b><br>mit Käse überbacken,<br>Gemüsereis, Obst a1, F, G, I               |
| 12.10. bis 16.10. | I     | <b>Nudeleintopf</b> F, I, J, G<br>mit Hühnerfleisch ,Karotten, Erbse<br>Vollkornbrot, Quarkspeise     | <b>Thüringer Bratwurst</b> (Schwein<br>mit Sauerkraut<br>Kartoffelpüree, Senf a1, F, I              | <b>Gefüllte Paprikaschote veget.</b><br>mit Tomatensauce dazu<br>Naturreis, Obst a1, C, F, I        | <b>Brokkoli-Kohlrabi-Auflauf</b><br>mit Käse überbacken,<br>dazu Kartoffeln, Obst a1, F, G, I | <b>Gedünsteter Seelachs</b><br>in Dillsauce dazu Salzkartoffeln<br>Kartoffelsalat 10, 5, a1, F, G, I |
|                   | II    | <b>Blumenkohl-Käse-Medailion</b><br>mit Rahmsauce, Kartoffeln<br>Quarkspeise a1, C, G, I              | <b>Vollkornnudeln</b><br>mit Tomatensauce dazu<br>Chinakohl mit Dressing a1, G, I, F                | <b>3 Seelachs Fischstäbchen</b><br>mit Dillsauce, Kartoffel<br>Rohkostsalat a1, G, I, J             | <b>Gemischter Gulasch</b><br>mit Butternudeln<br>Bohnenalat a1, F, G, I                       | <b>Currywurst</b> a1, F, G, I<br>mit Currykechupsauce dazu<br>Kartoffelpüree, Gurkensalat            |
| 19.10. bis 23.10. | I     | <b>2 Gemüsebällchen</b><br>mit Tomatensauce und bunte<br>Nudeln, Joghurt a1, F, G, I, J               | <b>Schnitzel vom Schwein</b><br>mit Soße, Blumenkohl,<br>Kartoffeln a1, C, G, I, J                  | <b>Vorsuppe, Tomatensuppe</b><br>2 Eierkuchen<br>mit Apfelmus a1, G, C, I, J                        | <b>Bratklops</b><br>mit Soße und Brokkoli<br>dazu Kartoffeln, Obst a1, C, F, G, I, J          | <b>Seelachs paniert</b><br>Sentsauce, Kartoffeln<br>Rohkostsalat a1, C, F, G, I                      |
|                   | II    | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>  |
| 26.10. bis 30.10. | I     | <b>Nudelsuppe</b> a1, F, G, I<br>mit Griesklößchen und Gemüse,<br>Roggenbröckchen, Pudding            | <b>1 Backfischhappen</b><br>Senf-Kräuter-Soße, Kartoffeln<br>Balkansalat a1, C, F, G, I             | <b>2 Königsberger Klipse</b><br>Kapernsauce und Naturreis<br>Rote-Beete-Salat 10, 5, a1, C, F, G, I | <b>Rahmspinat mit Rührei</b><br>Kartoffeln, dazu<br>Obst a1, C, F, G, I, J                    | <b>Putenbraten</b><br>mit Erbsengemüse, Soße<br>dazu Kartoffelpüree a1, F, G, I, J                   |
|                   | II    | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>   | <b>Ferien</b>  |

- 1) mit Farbstoff  
2) mit Konservierungsstoff  
3) mit Geschmacksverstärker  
4) mit Phosphat
- A= Gluten  
a1= Weizen  
a2= Roggen  
a3= Gerste  
a4= Hafer

- B= Krebstiere  
C= Eier  
D= Fisch  
E= Erdnüsse  
F= Soja
- 5)  
6) mit Antioxidationsmitteln  
7) gewachst  
8) kann Gräten enthalten
- G= lactose  
h1= Mandeln  
h2= Haselnüsse  
h3= Walnüsse  
h4= Kaschunüsse

- h5= Pecannüsse  
h6= Paranüsse  
h7= Pistazien  
h8= Macadamia  
I= Sellere
- 9) mit Nitratsalz  
10) gebunden mit Johanniskeimehl  
oder Quarkmehl

- J= Senf  
K= Sesamsamen  
L= Schwefeldioxid  
M= Lupinen  
N= Weichtiere  
X= kann Spuren von Allergenen  
enthalten

Hotline für Zu- und Abbestellungen : Tel. 03621 / 5144612 o. 613 Fax 03621/ 5144629