

SPEISEPLAN REGELSCHULE

Monat: Dezember 2023



Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.12.	I					Gedünsteter Seelachs in Dillsöße, Salzkartoffeln Karottenrohkost 5.a1,C,F,G,I
	II					Gehacktesoße mit Gabelspaghetti und Gurkensalat a1,F,G,I
04.12. bis 08.12.	I	Frischer Möhreleintopf mit Petersilie, Kartoffeln, Sellerie, Lauch, Brötchen, Quarkspeise a1,G,F	Brokkoli mit Käsesahnesoße, Kartoffeln, dazu Obstsalat a1,I,F,C	Schweineschnitzel mit Soße und Salzkartoffeln Kompost a1,C,F,G,I,10	Deftiger Wurstgulasch mit Butternudeln, dazu Eisberg- salat mit Dressing a1,G,F,I	Seelachs paniert a1,C,F,G,I,J mit Petersiliensöße und Salzkartoffeln, Karottensalat
	II	Hühnerfrikassee a1,I,F,G mit holländ. Soße, Karotten, Mais Erbsen, Naturreis, Quarkspeise	Putenrahmgeschneitzetes mit Nudeln, dazu Rohkostsalat a1,F,G,I	Vanillereisbrei mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus a1,G	2 gekochte Eier mit Senfsoße, Petersilienkartoffeln und Rote-Beete-Salat a1,F,G,I	Hähnchenbrustfilet a1,F,G,I mit Geflügelsoße, Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln
11.12. bis 15.12.	I	Nudeleintopf mit Rindfleisch und frischem Gemüse, dazu Roggenbrötchen, Joghurt a1,C,G,I,J	Eieromelett auf Rahmspinat mit Salzkartoffeln, dazu Obst a1,F,G	Vollkornnudeln mit Tomatensoße, Chinakohl Saure-Sahne-Dressing a1,G,I,J	2 Königsberger Klopse (Schwein) Möhren-Kohlrabi-Gemüse und Kartoffeln, dazu Obst F,I,J,G,10	4 Fischstäbchen Senfsoße und Naturreis, dazu Karottensalat a1,F,I
	II	Schupfnudel-Gemüsepfanne Kräuter,Möhren,Bratkohl,Zucker- schoten, Rahmsöße, Joghurt a1,L,F,G	Bolognese-Fleisch-Soße (Schwein) mit Spaghetti und Parmesan Käse, Obst a1,F,G,I	Chinapfanne Hähnchenbruststreifen auf süß- saurem Gemüse, dazu Risotto F,I,J	Vors. Blumenkohlcremesuppe 2 Quarkkeulen mit Apfelmus a1,G,I,C,J	Gebratener Fleischkäse mit Soße, Bohnengemüse, Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J
18.12. bis 22.12.	I	Thüringer Kartoffelsuppe 1 Wiener, Lauch, Kartoffeln, Sellerie Vollkornbrot, Pudding a1,F,I,G	Vorsuppe (Kürbissuppe) 2 Hefeklöße mit heißen Birnenwürfel a1,I,F,C	Putenschnitzel natur mit Soße , Pariser Karotten und Salzkartoffeln a1,C,F,G	Tomaten-Zucchini-Gemüse in Kräuter-Tomatensoße mit Käse überbacken, dazu Reis a1,G	Ferien
	II	Panierter Fetakäse Tomatensoße, dazu Risotto Gurkensalat, Pudding a1,I,F,G	Schweinesteak "Zigeuner Art" mit Zigeunersöße und Gabel- spaghetti, dazu Partysalat a1,F,I	Gnocchi mit Blattspinat-Käsesoße, dazu Obst a1,F,G,I	Jagdwurstwürfel in Tomatensoße dazu Butternudeln und Gurkensalat a1,G,I,J,4	Ferien
25.12. bis 29.12.	I	Feiertag	Feiertag	Ferien	Ferien	Ferien
	II	Feiertag	Feiertag	Ferien	Ferien	Ferien

- 1) mit Farbstoff
2) mit Konservierungsstoff
3) mit Geschmacksverstärker
4) mit Phosphat

- 5) mit Süßungsmittel
6) mit Antioxidationsmitteln
7) gewachst
8) kann Gräten enthalten

- 9) mit Nitrithöpfelsalz
10) gebunden mit Johanniskenmehl
oder Guartermehl

Allergene:
A= Gluten
a1= Weizen
a2= Roggen
a3= Gerste
a4= Hafer

B= Krebstiere
C= Eier
D= Fisch
E= Erdnüsse
F= Soja

G= Lactose
h1= Mandeln
h2= Haselnüsse
h3= Walnüsse
h4= Kaschnüsse

h5= Pecannüsse
h6= Paranüsse
h7= Pistazien
h8= Macadamia
I= Sellerie

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