

# Speiseplan Januar 2017

840

Änderungen vorbehalten = bio = DGE = vegan

Der Preis für ein Mittagessen beträgt 3,25 € für Grundschüler / innen 3,50 € für Oberschüler/ innen und besteht aus:  
1 Hauptspeise (Menü A, B, ) + 1 Nebenspeise (Fit oder Fun Buffet)

Tag	Datum	Menü 1 aus der Region nach DGE Standard	Allergene Komponenten	Menü 2 aus der ganzen Welt immer vegetarisch	Allergene Komponenten	Fit & Fun Zusatz	Allergene Komponenten
Montag	02.						
Dienstag	03.						
Mittwoch	04.	Basilikum-Tomatensoße		Spaghetti	a VB	FIT & FUN BUFFET	
		Mozzarella, gerieben			g V		
Donnerstag	05.	Wurst-Tomaten-Gulasch	a j G	Vollkorn-Spirelli	a VB	Vanille- quark	g V
Freitag	06.	Fischstäbchen (Seelachs)	a d F	Karotten-Petersiliensoße	a g V	Obstkuchen	a g V
		Salzkartoffeln			VB		
		Gurkensalat			V		
Montag	09.	Milchreis	g V	Zucker und Zimt	V	Möhren-Apfel- Salat	V
		Apfelmus			VB		
Dienstag	10.	Hähnchenfilet	a G	Bratensoße	a V	Zitronen- joghurt	g V
		Erbsen			VB		
		Kartoffelpüree	g VB				
Mittwoch	11.	Vegetarischer Klops	a c f V	Petersiliensoße	a V	Vanille- pudding mit Kirschen	g V
		Broccoli			VB		
		Reis			VB		
Donnerstag	12.	Kalbsfleischbällchen	a c R	Champignonsoße	a g V	FIT & FUN BUFFET	
		Vollkorn-Kräuterreis			VB		
Freitag	13.	Ruccola-Sahne-Soße	a g V	geriebener Käse	g V	Grabower Küsschen	a V
		Spaghetti	a VB				
Montag	16.	Tomatensoße	a g VB	bunte Nudeln	a V	Chinakohl- salat mit Joghurt- dressing	V
		geriebener Gouda			g V		
Dienstag	17.	Falafelbällchen	a V	Paprikagemüse	a V	Grieß- pudding mit Fruchtsoße	a g V
		Curryreis			V		
Mittwoch	18.	Bauernspätzle	a VB	Röstzwiebeln	a V	Buchstaben- suppe	V
		Käsesoße	a g V				
Donnerstag	19.	Königsberger Klopse	a g c G	Kapernsoße	a g V	Löffelbisquit	a c g V
		Möhrengemüse			VB		
Freitag	20.	Veg. Gemüsebällchen	a f g V	Paprikasoße	V	FIT & FUN BUFFET	
		Farfalle	a VB				
Montag	23.	Emmentaler-Kerbelsoße	a g V	Gabelspaghetti	a VB	Fruchtsalat	V
Dienstag	24.	Bratwurst	8 j G	Bratensoße	a j V	Frischei- Waffel	a c g V
		Sauerkraut			V		
		Salzkartoffeln			VB		
Mittwoch	25.	Gekochtes Ei	c V	Senfsoße	a j g V	FIT & FUN BUFFET	
		Babykarotten			V		
		Kartoffelpüree	g VB				
Donnerstag	26.	Chili sin Carne	a VB	Baguette / Nachos	a V	Eisberg-Salat Zitronen- joghurt Dressing	g V
Freitag	27.	Tomatenfruchtsoße	g V	Spirelli	a VB	FIT & FUN BUFFET	
		Mozzarella, gerieben	g V				
Montag	30.	Makkaroni	a V	Käsesoße	a g V	FIT & FUN BUFFET	
Dienstag	31.	Hähnchenschnitzel	a c G	Geflügelsoße	a G	FIT & FUN BUFFET	
		Mischgemüse			V		
		Kartoffelpüree	g V				

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe							
1 mit Farbstoff	3 mit Antioxidationsmittel	8 mit Phosphat					
Allergen-Kennzeichnung							
a glutenhaltige Getreide (-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)	d Fisch (-Erzeugnisse)	e Erdnüsse (-Erzeugnisse)	f Soja (-Erzeugnisse)	g Milch (- Erzeugnisse, einschl. Laktose)		
h Schalenfrüchte	i Sellerie (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid u. Sulfite >10 mg /kg/l	m Lupinen (-Erzeugnisse)	n = BIO	
Lebensmittelinhaltsstoffe							
F Fisch	G Geflügel	L Lamm	R Rindfleisch	S Schweinefleisch	V vegetarisch		