

Speiseplan Juli 2016

840

Änderungen vorbehalten
Markierungen im Speiseplan:
= bio = DGE = vegan

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

| Tag | Datum | Menü A aus der Region | Allergene | Komponenten | Menü B ohne Schweinefleisch | Allergene | Komponenten | Fit Buffet | Allergene | Komponenten | |
|------------|-------|-----------------------------|-----------|-------------|--------------------------------|-----------------------|-------------|--------------|------------------------------|------------------|--|
| Freitag | 01. | Bunte Gemüsepfanne | | | | a | V | Gurken-salat | | V | |
| | | Tomatensoße | | | | a | V | | | | |
| | | bunte Nudeln | | | | a | V | | | | |
| Montag | 04. | Eier-Ragout | | | | a | c | VB | Birnen-kompott | V | |
| | | Sommergemüse | | | | | | VB | | | |
| | | Kartoffelbrei | | | | g | | VB | | | |
| Dienstag | 05. | Geflügel-Cevapcici | a | c | G | Veg. Bulette | a | c | V | Rote Grütze | |
| | | Ketchupsoße | a | j | V | Ketchupsoße | a | j | V | Vanille-soße | |
| | | Balkangemüse | a | | VB | Balkangemüse | a | | VB | 1 | |
| | | Reis | | | VB | Reis | | | VB | a | |
| Mittwoch | 06. | Kräuterquark | | | | g | | V | FIT & FUN BUFFET | | |
| | | Salzkartoffeln | | | | | | VB | | | |
| | | Gurkensticks | | | | | | V | | | |
| Donnerstag | 07. | Chicken-Nuggets | a | | G | Gemüse-Nuggets | a | | V | Banane | |
| | | süss-saurer Dip | a | f | V | süss-saurer Dip | a | f | V | | |
| | | Kartoffelsalat (weiß) | a | g | V | Kartoffelsalat (weiß) | a | g | V | | |
| Freitag | 08. | Tortellini (Ricotta/Spinat) | | | | a | g | V | Pfirsich | V | |
| | | Käse-Kräuter-Soße | | | | a | g | V | | | |
| Montag | 11. | Milchreis | | | | a | c | V | Tomaten-creme-suppe | a | |
| | | Zucker und Zimt | | | | | | V | | | |
| Dienstag | 12. | Hähnchenschnitzel | a | | G | Sesam-Karotten-Stick | a | k | V | FIT & FUN BUFFET | |
| | | Bratensoße | a | | V | Bratensoße | a | | V | | |
| | | Romanesco | | | V | Romanesco | | | V | | |
| | | Kartoffelpüree | g | | VB | Kartoffelpüree | g | | VB | | |
| Mittwoch | 13. | Kräuterrührei | | | | c | g | V | Vanille-pudding mit Kirschen | 1 | |
| | | Spinat | | | | a | g | VB | | g | |
| | | Salzkartoffeln | | | | | | VB | | V | |
| Donnerstag | 14. | Wurstgulasch | 3 | 8 | G | Tomatensoße | | | V | Beeren-quark | |
| | | Mischgemüse | | | VB | Mischgemüse | | | VB | g | |
| | | Vollkorn-Spirelli | a | | V | Vollkorn-Spirelli | a | | V | V | |
| Freitag | 15. | Gemüse-Nuggets | | | | a | c | V | Schoko-kuss | a | |
| | | mit Joghurt-Dip | | | | g | | V | | 1 | |
| | | Petersilien-Bulgur | | | | a | | V | | V | |

| Tag | Datum | Menü A aus der Region | Allergene | Komponenten | Menü B ohne Schweinefleisch | Allergene | Komponenten | Fit Buffet | Allergene | Komponenten | |
|------------|-------|--------------------------|-----------|-------------|--------------------------------|-------------------|-------------|------------|--------------------------------------|------------------|--|
| Montag | 18. | Eierkuchen | | | | a | c | g | V | Spargel-suppe | |
| | | Apfelmus | | | | | | V | | a | |
| Dienstag | 19. | Chicken Chunks | a | | G | Veggie-Klopse | a | g | V | FIT & FUN BUFFET | |
| | | Ketchupsoße | a | j | V | Ketchupsoße | a | j | V | | |
| | | Nudelsalat (weiß) | a | g | VB | Nudelsalat (weiß) | a | g | VB | | |
| Mittwoch | 20. | Basilikum-Tomatensoße | | | | a | g | V | Quark mit Früchten | g | |
| | | Spaghetti | | | | a | | V | | V | |
| | | geriebener Mozzarella | | | | g | | V | | | |
| Donnerstag | 21. | Königsberger Klopse | | | | a | g | c | S | Paprika-sticks | |
| | | Kapernsoße | | | | a | g | V | | g | |
| | | Fingermöhren | | | | | | V | | V | |
| | | Salzkartoffeln | | | | | | V | | | |
| Freitag | 22. | Ratatouille | | | | a | | V | Chinakohl-salat mit Joghurt-dressing | g | |
| | | Tzatziki-Dip | | | | g | | V | | V | |
| | | Nudeln | | | | a | | V | | | |
| Montag | 25. | Bärlauchsoße | | | | a | g | V | Obst des Tages | V | |
| | | bunte Nudeln | | | | a | | V | | | |
| | | geriebener Gouda | | | | g | | V | | | |
| Dienstag | 26. | Lunchpakete | | | | | | | | | |
| Mittwoch | 27. | Gekochtes Ei | | | | c | | V | Paprika-salat | V | |
| | | Senfsoße | | | | a | j | V | | | |
| | | Babykarotten | | | | | | V | | | |
| | | Kartoffelpüree | | | | g | | V | | | |
| Donnerstag | 28. | Lunchpakete | | | | | | | | | |
| Freitag | 29. | Tomatensoße | | | | a | | V | Gurken-salat (weiß) | g | |
| | | Spaghetti | | | | a | | V | | V | |
| | | geriebener Käse | | | | g | | V | | | |



Die Drei Köche wünschen ganz tolle Sommerferien!



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