





Speiseplan

47. Woche

19.11. – 22.11.2018

Änderungen vorbehalten!

	Menü 1 Bio, vegetarisch	Menü 2	Menü 3 Schweinefleischfrei	Menü 4	Menü 5 Hits nur Behälter
		Komponentenwahl Mo-Fr.	Komponentenwahl Mo-Fr.		Komponentenwahl Mo-Fr.
MO 19.11.				Brokkoli-Nudelaufauf mit Hähnchenbruststreifen und jungem Gouda überbacken, dazu Krautsalat  100g enthalten: kJ 364 kcal 87 ZIA 1, 10, 11a, 17, 20	Cheeseburger mit Rinderfrikadelle dazu Ketchup, Kroketten und Krautsalat 100g enthalten: kJ 795 kcal 190 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 13, 17, 20, 21
DI 20.11.	Bio Spaghetti mit Tomatensauce  100g enthalten: kJ 242 kcal 58 ZIA 11, 11a, 19		Rinderbraten in Bratensauce, dazu Kartoffel- Erbsen-Püree und Karottensalat 100g enthalten: kJ 276 kcal 66 ZIA 2, 3, 5, 11a, 17, 22		
MI 21.11.	Bio Feine Kartoffel-Sellerie- Suppe aus frischen Kartoffeln  100g enthalten: kJ 155 kcal 37 ZIA 4, 11a, 17, 19				Geflügelfrikadelle mit Tomaten-Quark-Dip und Röstitalern, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 521 kcal 124 ZIA 2, 10, 11a, 13, 17
DO 22.11.				Griechische Vollkornreispfanne mit Paprika, Oliven, Tomaten und Hirtenkäse, dazu Blattsalat mit Balsamicodressing  100g enthalten: kJ 316 kcal 75 ZIA 1, 2, 4, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	

Das Küchenteam wünscht guten Appetit!

*Essensabbestellungen müssen bis 9.00 Uhr telefonisch
in der Küche gemeldet werden
und es kann jeweils 1 Menü pro Klasse ausgewählt werden!*