




Speiseplan

44. Woche

29.10. – 01.11.2018

Änderungen vorbehalten!

	Menü 1 Bio, vegetarisch	Menü 2	Menü 3 Schweinefleischfrei	Menü 4	Menü 5 Hits	Menü 6
MO 29.10.	Bio Vollkornnudelauf mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda   100g enthalten: kJ 260 kcal 62 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17					Pfannkuchen natur mit feinem Apfelmus 100g enthalten: kJ 438 kcal 105 ZIA 2, 5, 10, 11a, 13, 17
DI 30.10.		Putensteak in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 263 kcal 63 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22				Karotten-Kokos-Suppe mit Kichererbsen und einem Brötchen 100g enthalten: kJ 241 kcal 58 ZIA 5, 11a, 11b, 22
MI 31.10.	Bio Penne mit fruchtiger Tomatensauce  100g enthalten: kJ 216 kcal 51 ZIA 11a, 19		Lammhacksteak in Tomatensauce, dazu Ratatouillegemüse und Reis 100g enthalten: kJ 246 kcal 59 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19			
DO 01.11.						

Allerheiligen

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!*