



# Speiseplan

38. Woche

17.09. – 20.09.2018

*Änderungen vorbehalten!*

	Menü 1 Bio, vegetarisch	Menü 2	Menü 3 Schweinefleischfrei	Menü 4	Menü 5 Hits
<b>MO 17.09.</b>	<p><b>Bio Penne</b> mit fruchtiger Tomatensauce</p>  <p>100g enthalten: kJ 216 kcal 51 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19</p>		<p><b>Rindfleisch aus der Keule</b> in dunkler Sauce, dazu Brechbohnen und Bouillonkar- toffeln</p> <p>100g enthalten: kJ 182 kcal 44 ZIA 2, 5, 11a, 17, 19, 22</p>		
<b>DI 18.09.</b>		<p><b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln</p> <p>100g enthalten: kJ 263 kcal 63 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22</p>	<p><b>Rührei</b> mit Rahmpinac und Kartoffelpü- ree</p> <p>100g enthalten: kJ 409 kcal 98 ZIA 2, 4, 5, 11a, 13, 17, 22</p>		
<b>MI 19.09.</b>				<p><b>Brokkoli-Nudelaufbau</b> mit Hähnchenbruststreifen und jungem Gouda überbacken, dazu Gurkensalat in Rahm</p>  <p>100g enthalten: kJ 440 kcal 105 ZIA 1, 2, 3, 10, 11a, 13, 17, 20</p>	<p><b>Fischstäbchen (Seelachsfilet)</b> mit Remouladensauce, dazu Kartoffelwedges und Gurkensalat in Rahm</p> <p>100g enthalten: kJ 835 kcal 199 ZIA 2, 3, 4, 9, 10, 11, 11a, 13, 14, 17, 20</p>
<b>DO 20.09.</b>					<p><b>Currywurst</b> Geflügelbratwurst in Currysau- ce, dazu Röstitaler und Erbsen- Möhrengemüse</p> <p>100g enthalten: kJ 478 kcal 114 ZIA 2, 10, 11a, 17, 20</p>

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!*