




# Speiseplan

5. Woche

28.01. – 31.01.2019

*Änderungen vorbehalten!*

	Menü 1 Bio, vegetarisch	Menü 2	Menü 3 Schweinefleischfrei	Menü 4	Menü 5 Hits
<b>MO 28.01.</b>	<b>Bio Kartoffel- Gemüseauflauf</b> mit Erbsen und Möhren, überbacken mit jungem Gouda   <small>100g enthalten: kJ 264 kcal 63 ZIA 4, 11a, 17</small>	<b>Rinderfrikadelle</b> in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Kroketten  <small>100g enthalten: kJ 510 kcal 122 ZIA 2, 11a, 13</small>			
<b>DI 29.01.</b>			<b>Putengeschnetzeltes</b> mit Brokkoli und Eierspätzle  <small>100g enthalten: kJ 318 kcal 76 ZIA 2, 11a</small>	<b>Kürbisnudelauf</b> mit Penne überbacken mit jungem Gouda, dazu Krautsalat   <small>100g enthalten: kJ 377 kcal 90 ZIA 1, 10, 11a, 17, 20</small>	
<b>MI 30.01.</b>		<b>Geflügelbockwurst</b> auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree  <small>100g enthalten: kJ 636 kcal 152 ZIA 2, 3, 5, 7</small>		<b>Kartoffeltaschen</b> (Frischkäsefüllung) mit Curry-Fruchtreis, dazu Blattsalat mit Joghurtdres- sing   <small>100g enthalten: kJ 457 kcal 109 ZIA 2, 5, 11a, 17, 20</small>	
<b>DO 31.01.</b>					<b>Fischstäbchen</b> mit Spinat und Salzkar- toffeln  <small>100g enthalten: kJ 824 kcal 197 ZIA 11, 11a, 14</small>

Das Küchenteam wünscht guten Appetit und schöne Weihnachtsferien!

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