


Speiseplan

3. Woche

14.01. – 17.01.2019

Änderungen vorbehalten!

	Menü 1 Bio, vegetarisch	Menü 2 Komponentenwahl Mo-Fr.	Menü 3 Schweinefleischfrei Komponentenwahl Mo-Fr.	Menü 4	Menü 5 Hits nur Behälter Komponentenwahl Mo-Fr.
MO 14.01.			Geflügelfrikadelle in dunkler Sauce mit Spirelli, dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 331 kcal 79 ZIA 2, 3, 11a, 13	Kartoffel-Spinat- Auflauf mit feiner Käsesauce, überbacken mit jungem Gouda dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 393 kcal 94 ZIA 1, 2, 3, 5, 10, 11a, 17, 22	
DI 15.01.					Geflügeldinos mit Tomatensauce, dazu Kartoffelrösti und Erbsen natur 100g enthalten: kJ 400 kcal 96 ZIA 2, 6, 10, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19
MI 16.01.	Bio Kartoffelsuppe mit Kartoffelwürfeln und Frischkäse  100g enthalten: kJ 145 kcal 35 ZIA 4, 11a, 17, 19				Fischstäbchen (Seelachsfilet) mit Rahmspinat, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 299 kcal 71 ZIA 4, 5, 11, 11a, 14, 17, 22
DO 17.01.			Putensteak in dunkler Sauce, dazu Blumenkohl in Rahm und Eierspätzle 100g enthalten: kJ 252 kcal 60 ZIA 2, 11a, 13, 17		

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!*