




# Speiseplan

## 13. Woche

### 25.03. – 28.03.2019

*Änderungen vorbehalten!*

	<b>Menü 1 Bio, vegetarisch</b>	<b>Menü 2</b> Komponentenwahl Mo-Fr.	<b>Menü 3 Schweinefleischfrei</b> Komponentenwahl Mo-Fr.	<b>Menü 4</b>	<b>Menü 5 Hits nur Behälter</b> Komponentenwahl Mo-Fr.	<b>Menü 6 nur Behälter</b>
<b>MO 25.03.</b>				<b>Brokkoli-Nudelauflauf</b> mit Hähnchenbruststreifen und jungem Gouda überbacken, dazu Krautsalat  <small>100g enthalten: kJ 402 kcal 96 ZIA 1, 10, 11a, 17, 20</small>		<b>Vegetarische Gemüsebolognese</b> mit Spaghetti, dazu Krautsalat <small>100g enthalten: kJ 228 kcal 54 ZIA 11a, 17, 19, 20</small>
<b>DI 26.03.</b>				<b>Vegetarische Sojafrikadelle</b> auf Kartoffelgratin, dazu Karottensalat  <small>100g enthalten: kJ 482 kcal 115 ZIA 1, 2, 3, 5, 10, 16, 17, 20, 22</small>	<b>Geflügelbratwurst</b> in Paprikarahmsauce, dazu Kartoffelwedges und Erbsen- Möhrengemüse <small>100g enthalten: kJ 481 kcal 115 ZIA 2, 4, 11a, 17, 19</small>	
<b>MI 27.03.</b>				<b>Hähnchenbruststreifen</b> in Geflügelrahm mit Voll- kornpenne, dazu Blattsalat mit Joghurtdressing  <small>100g enthalten: kJ 492 kcal 118 ZIA 2, 4, 11a, 17</small>		<b>Vollkornpenne</b> mit Ratatouillegemüse, dazu Blattsalat mit Joghurtdressing <small>100g enthalten: kJ 370 kcal 88 ZIA 2, 11a, 17</small>
<b>DO 28.03.</b>					<b>Fischlies</b> (Seelachs, Seehecht) mit Tomatensauce, dazu Kar- toffelpüree und Blattsalat mit Balsamicodressing <small>100g enthalten: kJ 277 kcal 66 ZIA 2, 11a, 14, 19</small>	

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!*