
















Speiseplan KW 48- Zehntgrafenschule - wir wünschen guten Appetit!

Datum	Montag, 26. November 2018	Dienstag, 27. November 2018	Mittwoch, 28. November 2018	Donnerstag, 29. November 2018	Freitag, 30. November 2018
MENÜ	 mit Geflügel	 mit Geflügel	 mit Fisch	 mit Geflügel	 mit Geflügel
	MENÜ A Putensteak "natur" mit Geflügelsauce dazu Buttererbsen und Kartoffeln (aw, uw, am, bm, G)	Geflügelklopse an Kapernsauce dazu Kartoffeln (aw, uw, am, R)	Seelachswürfel in Tomatensauce dazu Reis (aw, uw, af, am)	Hähnchenpfanne mit Gemüse in leichter Currysauce dazu Reis (aw, uw, am)	Currywurst (Geflügelbratwurst) mit fruchtiger Sauce und Kartoffelwedges (aw, uw, am, bc)
	Energie pro Portion: 1503 kJ, 360 kcal	Energie pro Portion: 1931 kJ, 462 kcal	Energie pro Portion: 1430 kJ, 342 kcal	Energie pro Portion: 1638 kJ, 391 kcal	Energie pro Portion: 2167 kJ, 518 kcal
MENÜ B - VEGETARISCH	 Vegetarisch	 Vegetarisch	 Vegetarisch	 Vegetarisch	 Vegetarisch
	Quarkkeulchen mit heißer Vanillesoße (3, aw, uw, ae, am)	Eierfrikassee mit Gemüse dazu Kartoffeln (aw, uw, ae, am, bm)	Bunter Gemüseeintopf mit Kartoffelwürfel und frischen Kräutern (aw, uw)	Gemüsefrikadelle an Kräutersauce und Pfannengemüse dazu Salzkartoffeln (aw, uw, ae, am)	Nudelauf mit Blattspinat und Tomaten und Käse gratiniert (aw, uw, am, bc)
	Energie pro Portion: 2490 kJ, 595 kcal	Energie pro Portion: 1436 kJ, 344 kcal	Energie pro Portion: 899 kJ, 214 kcal	Energie pro Portion: 1667 kJ, 399 kcal	Energie pro Portion: 1275 kJ, 305 kcal
PASTA-BAR	 Vegetarisch	 Vegetarisch	 Vegetarisch	 Vegetarisch	 Vegetarisch
	Makkaroni mit Tomatensauce (aw, uw)	Penne an Tomatensauce (aw, uw)	Tortellini mit Gemüsefüllung an Tomatensauce (aw, uw, am)	Spirelli mit Tomaten-Frischkäsesauce und geriebenen Käse (aw, uw, am)	Pasta mit Tomatensauce (aw, uw)
	Energie pro Portion: 1513 kJ, 362 kcal	Energie pro Portion: 1464 kJ, 350 kcal	Energie pro Portion: 1428 kJ, 341 kcal	Energie pro Portion: 1463 kJ, 350 kcal	Energie pro Portion: 1142 kJ, 273 kcal

Wir kochen mit jodiertem Speisesalz.

Obst und Gemüse beziehen wir vorrangig von unseren regionalen Lieferanten.

Zu jeder Mahlzeit ein Getränk (Trinkwasser, ungesüßter Tee).

Kursiv = vegetarisch / ovo-lacto-vegetabil

Änderungen vorbehalten

Legende: Zusatzstoffe: 1 – mit Farbstoff, 2 – mit Konservierungsstoff, 3 – mit Antioxidationsmittel, 4 – mit Geschmacksverstärker, 5 – mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 – mit Phosphat, 8 – gewachst, 15 – mit Natriumpökelsalz; Allergene: aw – enthält glutenhaltiges Getreide* (Überbegriff), uw – enthält Weizen*, nr – enthält Roggen*, gb – enthält Gerste*, go – enthält Hafer*, gs – enthält Dinkel*, gk – enthält Kamut*, ax – enthält Hybridstämme*, ac – enthält Krebstiere*, ae – enthält Eier*, af – enthält Fische*, ap – enthält Erdnüsse*, ay – enthält Sojabohnen*, am – enthält Milch*, an – enthält Schalenfrüchte* (Überbegriff), sa – enthält Mandeln*, sh – enthält Haselnüsse*, sw – enthält Walnüsse, sc – enthält Kaschunüsse*, sp – enthält Pecannüsse*, sr – enthält Paranüsse*, st – enthält Pistazien*, sm – enthält Macadamianüsse*, sq – enthält Queenslandnüsse*, bc – enthält Sellerie*, bm – enthält Senf*, as – enthält Sesam*, au – enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl – enthält Lupinen*, um – enthält Weichtiere*; Sonstiges: S – Schweinefleisch, R – Rindfleisch, F – Fisch, G – Geflügel, Kursiv – vegetarisch / ovo-lacto-vegetabil; *und daraus gewonnene Erzeugnisse