

Speiseplan KW 38



Menügruppe	EINZELSPESIEN inkl. Salat	Montag, 20. September 2021	Dienstag, 21. September 2021	Mittwoch, 22. September 2021	Donnerstag, 23. September 2021	Freitag, 24. September 2021
Buffetform: Alle Einzelspeisen, Salat und Dessert zur freien Auswahl! Um eine ausgewogene Ernährung zu gewährleisten sollten Sie laut DGE in Folge von 20 Mahlzeiten: min. 20x Kartoffelerzeugnisse oder Getreideprodukte, min. 20x Gemüse oder Salat, min. 8x Obst, min. 8 x Milchprodukte, max. 8x Fleisch, min. 4 x Seefisch, zu sich nehmen!	PASTA Hausgemachte BIO-Nudeln zertifiziert nach DE ÖKO-009	Hausgemachte Bio Spirelli, Sauce all'arrabbiata mit Tomaten und Peperoni ^{7, 13} KH:64, EW:14, FE:0, kcal:342	Hausgemachte Bio Spaghetti, Hackfleischsauce (Rind), Parmesan ^{13, 19, 21} KH:133, EW:36, FE:7, kcal:779	Hausgemachte Bio Bandnudeln, Gemüse in Rahm ^{13, 19} KH:66, EW:16, FE:2, kcal:377	Hausgemachte Bio Campanelle, Kräutersoße. ^{13, 19} KH:135, EW:31, FE:13, kcal:828	Rigatoni (hausgemacht und Bio), Tomaten-Rahmsoße ^{13, 15, 19} KH:111, EW:24, FE:7, kcal:569
	VEGETARISCH	Vegetarische Zucchini-Kartoffelcremesuppe, Minibrötchen ^{13, 19} KH:19, EW:4, FE:18, kcal:256	Veganes Grillsteak, Brokkoli, Backkartoffel auf Blattspinat mit Tomaten und Käse überbacken ^{2, 12, 13, 18, 19, 21, 22} KH:52, EW:29, FE:35, kcal:672	Frühlingsrolle vegetarisch, Curry - Fruchtsoße., Butterreis ^{1, 9, 11, 13, 15, 18, 19, 21, 22, 23, 27} KH:58, EW:6, FE:5, kcal:306	Kartoffel - Gemüseauflauf mit Käse überbacken ^{15, 19} KH:24, EW:13, FE:16, kcal:299	Mini-Germknödel, Vanillesoße, Mohnbutter. ^{1, 12, 13, 19} KH:139, EW:21, FE:27, kcal:878
	HAUPTGERICHT	Hamburger vom Rind, Pommes frites, Ketchup, Mayonnaise und Röstzwiebeln ^{1, 7, 11, 12, 13, 15, 18, 19, 22, 23} KH:42, EW:5, FE:20, kcal:339	Vegetarisches Sojageschnetzeltes "Züricher Art", Kräuterreis ^{13, 15, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25} KH:60, EW:18, FE:20, kcal:497	Seelachsfilet "Gärtnerin", Petersiliensoße, Gemüse, Salzkartoffeln ^{13, 16, 19, 20, 21} KH:34, EW:31, FE:14, kcal:374	Putenbraten "Provencial", Erbsen, Bratensoße., Kartoffelstampf ^{13, 19, 20} KH:31, EW:39, FE:19, kcal:465	Vegetarische Bulgur-Gemüsepfanne ¹³ KH:88, EW:12, FE:2, kcal:396
	Dessert	Obstauswahl	Schokopudding ^{1, 11, 12, 13, 19} KH:16, EW:4, FE:2, kcal:94	Heidelbeerquark ^{12, 19} KH:19, EW:10, FE:3, kcal:148	Obst der Saison	Smoothie (Apfel, Banane, Birne, Johurt) ^{1, 7, 9, 11, 12, 19} KH:29, EW:6, FE:4, kcal:161

Alle Allergene und Zusatzstoffe

1 - Mit Geschmacksverstärker, 2 - Mit Farbstoff, 7 - Mit Konservierungsstoff, 9 - Mit Antioxidationsmittel, 11 - Mit Süßungsmittel, 12 - Mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch / Laktose, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 23 - Enthält Sesam, 25 - Enthält Schwefeldioxid und Sulfite, 27 - Nitrat

Bestellung für: _____

Bestellt durch: _____

Bitte tragen Sie die gewünschte Bestellmenge in die blauen Felder ein.

Menügruppe	EINZELSPEISEN inkl. Salat	Montag, 20. September 2021		Dienstag, 21. September 2021		Mittwoch, 22. September 2021		Donnerstag, 23. September 2021		Freitag, 24. September 2021	
Buffetform: Alle Einzelspeisen, Salat und Dessert zur freien Auswahl! Um eine ausgewogene Ernährung zu gewährleisten sollten Sie laut DGE in Folge von 20 Mahlzeiten: min. 20x Kartoffelerzeugnisse oder Getreideprodukte, min. 20x Gemüse oder Salat, min. 8x Obst, min. 8 x Milchprodukte, max. 8x Fleisch, min. 4 x Seefisch, zu sich nehmen!	PASTA Hausgemachte BIO-Nudeln zertifiziert nach DE ÖKO-009	Hausgemachte Bio Spirelli, Sauce all'arrabiata mit Tomaten und Peperoni ^{7, 13}		Hausgemachte Bio Spaghetti, Hackfleischsauce (Rind), Parmesan ^{13, 19, 21}		Hausgemachte Bio Bandnudeln, Gemüse in Rahm ^{13, 19}		Hausgemachte Bio Campanelle, Kräutersoße. ^{13, 19}		Rigatoni (hausgemacht und Bio), Tomaten-Rahmsoße ^{13, 15, 19}	
		KH:64, EW:14, FE:0, kcal:342		KH:133, EW:36, FE:7, kcal:779		KH:66, EW:16, FE:2, kcal:377		KH:135, EW:31, FE:13, kcal:828		KH:111, EW:24, FE:7, kcal:569	
	VEGETARISCH	Vegetarische Zucchini-Kartoffelcremesuppe, Minibrötchen ^{13, 19}		Veganes Grillsteak, Brokkoli, Backkartoffel auf Blattspinat mit Tomaten und		Frühlingsrolle vegetarisch, Curry - Fruchtsoße., Butterreis ^{1, 9, 11, 13, 15, 18, 19, 21, 22, 23,}		Kartoffel - Gemüseauflauf mit Käse überbacken ^{15, 19}		Mini-Germknödel, Vanillesoße, Mohnbutter. ^{1, 12, 13, 19}	
		KH:19, EW:4, FE:18, kcal:256		KH:52, EW:29, FE:35, kcal:672		KH:58, EW:6, FE:5, kcal:306		KH:24, EW:13, FE:16, kcal:299		KH:139, EW:21, FE:27, kcal:878	
	HAUPTGERICHT	Hamburger vom Rind, Pommes frites, Ketchup, Mayonnaise und Röstzwiebeln ^{1, 7, 11, 12, 13, 15, 18, 19, 22,}		Vegetarisches Sojageschnetzeltes "Züricher Art", Kräuterreis ^{13, 15, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25}		Seelachsfilet "Gärtnerin", Petersiliensoße, Gemüse, Salzkartoffeln ^{13, 16, 19, 20, 21}		Putenbraten "Provencal", Erbsen, Bratensoße., Kartoffelstampf ^{13, 19, 20}		Vegetarische Bulgur-Gemüsepfanne ¹³	
		KH:42, EW:5, FE:20, kcal:339		KH:60, EW:18, FE:20, kcal:497		KH:34, EW:31, FE:14, kcal:374		KH:31, EW:39, FE:19, kcal:465		KH:88, EW:12, FE:2, kcal:396	
	Dessert	Obstauswahl		Schokopudding ^{1, 11, 12, 13, 19}		Heidelbeerquark ^{12, 19}		Obst der Saison		Smoothie (Apfel, Banane, Birne, Johannisbeere) ^{1, 7, 9, 11, 12,}	
				KH:16, EW:4, FE:2, kcal:94		KH:19, EW:10, FE:3, kcal:148				KH:29, EW:6, FE:4, kcal:161	
		Zusatzessen Lehrer und Besucher									

Alle Allergene und Zusatzstoffe

1 - Mit Geschmacksverstärker, 2 - Mit Farbstoff, 7 - Mit Konservierungsstoff, 9 - Mit Antioxidationsmittel, 11 - Mit Süßungsmittel, 12 - Mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch / Laktose, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 23 - Enthält Sesam, 25 - Enthält Schwefeldioxid und Sulfite, 27 - Nitrat