

## SPEISEPLAN 4/20 vom 10.08. - 04.09.2020

Bestellungen bitte **bis 03.07.2020 ausschließlich per Email** an [grs.schwarzenbek@schule.landsh.de](mailto:grs.schwarzenbek@schule.landsh.de)

Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Mahlzeiten à 3 € = \_\_\_\_\_ €

Barzahlung     Lastschrift

Zuschuss aus dem BuT-Programm (kostenfrei)

\_\_\_\_\_ (bei Lastschrift Unterschrift Kontoinhaber)

33

TAG	Essen A    ROT	X	Essen B    BLAU	X
<b>MO</b> 10.08. 2020	Nudelaufauf mit Hackfleisch (GL-W, L) dazu Salat Kirschcreme (L)  <b>V</b>		Chili con Carne (SEL) Fladenbrot (GL-W) Kirschcreme (L)  <b>R</b>	
<b>DI</b> 11.08. 2020	Kartoffelsuppe (SEL) mit Würstchen (SEN, SEL, 3, 4, 5) dazu ein Baguette (GL-W) Stracciatella Quark (L)  <b>V/SCHW</b>		Fischfilet (GL-W) mit Kartoffelaufauf (L) Stracciatella Quark (L)  <b>F</b>	
<b>MI</b> 12.08. 2020	Nudeln (GL-W) mit Brokkoli-Käsesauce (L) und Salat Schokopudding mit Vanillesauce (L)  <b>V</b>		Cordon Bleu (GL-W, E, L, 3, 4, 5) mit Kohlrabi, braune Sauce und Kartoffeln Schokopudding mit Vanillesauce (L)  <b>G</b>	
<b>DO</b> 13.08. 2020	Pellkartoffel und Kräuterquark (L) dazu Salat Kuchen (GL-W, E, L)  <b>V</b>		Hackbällchen (GL-W, E) mit Tomatensauce (SEL) und Schupfnudeln (GL-W) Kuchen (GL-W, E, L)  <b>SCHW</b>	
<b>FR</b> 14.08. 2020	Grießbrei (GL-W, L) mit Erdbeeren Obst  <b>V</b>		Spaghetti (GL-W) Carbonara (L, 3, 4, 5) dazu Salat Obst  <b>G</b>	

34

Tag	Essen A    ROT	X	Essen B    BLAU	X
<b>MO</b> 17.08. 2020	Vegetarisches Schnitzel (GL-W-H, L, SJ, 14) mit Kräutersauce (L) und Kartoffeln Karamellpudding mit Schokosauce (L)  <b>V</b>		Frikadelle (GL-W, E, SEN) mit brauner Sauce, Bohnen und Kartoffeln Karamellpudding mit Schokosauce (L)  <b>R/SCHW</b>	
<b>DI</b> 18.08. 2020	Tomatensuppe (SEL) mit Reis dazu Baguette (GL-W) Vanillejoghurt (L) mit Kirschen  <b>V</b>		Schnitzel (GL-W, E) mit grünem Blumenkohl brauner Sauce und Kartoffeln Vanillejoghurt (L) mit Kirschen  <b>G</b>	
<b>MI</b> 19.08. 2020	Kartoffeltasche (GL-W, E, L) mit Brokkoli Pfirsichquark (L)  <b>V</b>		Hühnerfrikassee (SEL, L) mit Erbsen und Möhren dazu Reis Pfirsichquark (L)  <b>G</b>	
<b>DO</b> 20.08. 2020	Nudel-Gemüseaufauf (GL-W, L) Kuchen (GL-W, E, L)  <b>V</b>		Fischstäbchen (GL-W, E) mit Remoulade (E, SEN) und Gemüsereis Kuchen (GL-W, E, L)  <b>F</b>	
<b>FR</b> 21.08. 2020	Kaiserschmarrn (GL-W, L, E) mit Himbeeren und Vanillesauce (L) Obst  <b>V</b>		Tortellini (GL-W) mit Tomatensauce (SEL) und Salat Obst  <b>R</b>	

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
<b>MO</b> <b>24.08.</b> <b>2020</b>	Bratkartoffeln mit Spiegelei dazu Salat Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>V</b>		Nudelauf mit Hackfleisch (GL-W, L,) dazu Salat Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>R/SCHW</b>	
<b>Ab jetzt ist der nächste Speiseplan erhältlich. Abgabe bis Freitag, 28.08.2020</b>				
<b>DI</b> <b>25.08.</b> <b>2020</b>	Blumenkohlauf (L, E) mit Kartoffeln Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L) <b>V</b>		Hähnchenbrustfilet mit Erbsen und Spätzle (GL-W, E) Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L) <b>G</b>	
<b>MI</b> <b>26.08.</b> <b>2020</b>	Buchstabensuppe (SEL, GL-W) mit Baguette (GL-W) Mandarinenjoghurt (L) <b>V</b>		Rindergulasch mit Brokkoli und Kartoffeln Mandarinenjoghurt (L) <b>R</b>	
<b>DO</b> <b>27.08.</b> <b>2020</b>	Gemüse-Schnitzel (GL-W, SEL) mit Reis und brauner Sauce Kuchen (GL-W, E, L) <b>V</b>		Seelachs (GL-W, E) mit Röstkartoffeln und Remoulade (SEN) Kuchen (GL-W, E, L) <b>F</b>	
<b>FR</b> <b>28.08.</b> <b>2020</b>	Milchreis (L) mit Kirschen Obst <b>V</b>		Spaghetti (GL-W) Bolognese (SEL) dazu Salat Obst <b>R</b>	

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
<b>MO</b> <b>31.08.</b> <b>2020</b>	Spinat-Lasagne (GL-W, L) Vanillepudding (L) mit Erdbeeren <b>V</b>		Leberkäse (3, 4) mit Spiegelei und Kartoffelpüree Vanillepudding (L) mit Erdbeeren <b>SCHW</b>	
<b>Di</b> <b>01.09.</b> <b>2020</b>	Reis-Gemüsepfanne mit Tomatensauce Stracciatella Quark (L) <b>V</b>		Hähnchencurry (L) mit Paprikagemüse und Reis Stracciatella Quark (L) <b>G</b>	
<b>MI</b> <b>02.09.</b> <b>2020</b>	Sommer-Minestrone (GL-W, L, SEL) (Gemüsesuppe mit Tortellini) Himbeerquark (L) <b>V</b>		Cevapcici mit Tzatziki (L) Balkangemüse und Reis Himbeerquark (L) <b>R</b>	
<b>DO</b> <b>03.09.</b> <b>2020</b>	Kartoffelgratin (GL-W, L) mit Mischgemüse Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>V</b>		Fischstäbchen (GL-W, E) mit Remoulade (E, S) und Gemüserais Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>F</b>	
<b>FR</b> <b>04.09.</b> <b>2020</b>	Germknödel (GL-W) mit Waldbeersauce Obst <b>V</b>		Königsberger Klopse (E) mit Kartoffeln und Rote Beete Obst <b>SCHW</b>	

Legende: V=vegetarisch, F=Fisch, SCHW=Schwein, R=Rind, G=Geflügel, W=Wild, L=Lamm/Schaf

**ALLERGENE:** GL) glutenhaltiges Getreide - W: Weizen, R: Roggen, G: Gerste, H: Hafer, L) Milch, einschl. Lactose, E) Eier, S) Sojabohnen, EN) Erdnüsse, K) Krebstiere, SCH) Schalenfrüchte, W) Weichtiere, LU) Lupine, SES) Sesam, SEN) Senf, S) Schwefeldioxid und Sulfid (ab 10 mg/l), SEL) Sellerie

**ZUSATZSTOFFE:** 1) Phosphat, 2) Geschmacksverstärker, 3) Antioxidationsmittel, 4) Konservierungsstoff, 5) Nitritpökelsalz, 6) Farbstoff, 7) Süßstoff, 8) chininhaltig, 9) geschwefelt, 10) koffeinhaltig, 11) gewachst, 12) geschwärzt, 13) Milcheiweiß, 14) Eiklar, 15) gentechnisch verändert

**Änderungen des Speiseplans vorbehalten**