

# SPEISEPLAN 5/20 vom 07.09. - 02.10.2020



Bestellungen mindestens **EINE WOCHE IM VORAUS**

Abbestellungen bis 8:15 unter 04151-840920  
oder per Mail: grs.schwarzenbek@schule.landsh.de

**WICHTIG!!**  
Abgabe bis  
**28.08.2020**

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

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

Barzahlung  Lastschrift

Zuschuss aus dem BuT-Programm (kostenfrei)

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

TAG	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
<b>MO</b> 07.09. 2020	Vollkornnudeln (GL-W, R, H) mit Gemüsesauce Schokopudding mit Vanillesauce (L) <b>V</b>		Schnitzel (GL-W, E) mit Blumenkohl, brauner Sauce und Kartoffeln Schokopudding mit Vanillesauce (L) <b>SCHW</b>	
<b>DI</b> 08.09. 2020	Kartoffelsalat mit Ei Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>V</b>		Backfisch (GL-W) mit Spinatnudeln (GL-Weizen) und Kräutersauce (GL-W, L) Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>F</b>	
<b>MI</b> 09.09. 2020	Überbackener Bokokoli mit Hollandaise (E, L) dazu Kartoffeln Mandarinenjoghurt (L) <b>V</b>		Tortellini (GL-W) mit Tomatensauce (SEL) und Salat Mandarinenjoghurt (L) <b>R</b>	
<b>DO</b> 10.09. 2020	Gnocchi (E) mit Möhren und Petersiliensauce (L) Kuchen (GL-W, E, L) <b>V</b>		Hähnchenkeule mit Gemüserais und Geflügelsauce Kuchen (GL-W, E, L) <b>G</b>	
<b>FR</b> 11.09. 2020	Kartoffelpuffer (GL-W, E) mit Apfelmus Obst <b>V</b>		Hackfleisch-Gemüserais-Pfanne (SEL) dazu Salat Obst <b>R/SCHW</b>	

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
<b>MO</b> 14.09. 2020	Sesamkartoffeln (SE) mit Kräuterquark und Mischgemüse Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L) <b>V</b>		Hähnchenschnitzel (GL-W, E) mit Blumenkohl, brauner Sauce und Nudeln (GL-W) Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L) <b>G</b>	
<b>DI</b> 15.09. 2020	Kartoffel-Gemüseauflauf (GL-W, L) Himbeerquark (L) <b>V</b>		Geschnetzeltes vom Huhn (GL-W, SEL, L) mit Erbsen und Spätzle (GL-W, E) Himbeerquark (L) <b>G</b>	
<b>MI</b> 16.09. 2020	Nudeln (GL-W) mit Käsesauce (L) dazu Salat Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>V</b>		Hackbraten (E, SEN, GL-W) mit Bratensauce (GL-W), Rotkohl und Kartoffeln Götterspeise mit Vanillesauce (L) <b>R/SCHW</b>	
<b>DO</b> 17.09. 2020	Gemüsesuppe (SEL) mit Mehrkornbrötchen (GL-W, R, G,H) Kuchen (GL-W, E, L) <b>V</b>		Lasagne Bolognese (GL-W, E, L, SEL) Kuchen (GL-W, E, L) <b>R</b>	
<b>FR</b> 18.09. 2020	Pfannkuchen (GL-W, E) mit Apfelmus Obst <b>V</b>		Fischfrikadelle (GL-W, L) mit Bohnen und Kartoffeln Obst <b>F</b>	

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 21.09. 2020	Maultaschen (GL-W, L) mit Tomatensauce und Salat Stracciatella Quark (L)  V		Kartoffeltaler mit Putenschinken (3, 5) und Käse (L) überbacken Stracciatella Quark (L)  G	
<b>Ab jetzt ist der nächste Speiseplan erhältlich. Abgabe bis Freitag, 25.09.2020</b>				
DI 22.09. 2020	Kroketten (L,E) mit Mischgemüse und Kräuterquark (L) Schokopudding mit Vanillesauce (L)  V		Spaghetti (GL-W) Carbonara (GL-W, L, 3, 4, 5) dazu Salat Schokopudding mit Vanillesauce (L)  G	
MI 23.09. 2020	Blumenkohlsuppe mit Mehrkornbrötchen (GL-W, R, G, H) Kuchen (GL-W, E, L)  V		Gulasch vom Schwein mit Brokkoli und Kartoffeln Kuchen (GL-W, E, L)  SCHW	
DO 24.09. 2020	Maiskolben mit Tomatensauce (SEL) mit Reis Vanillejoghurt (L) mit Kirschen  V		Fischfilet (GL-W) mit Röstkartoffeln und Kräuterquark (L) Vanillejoghurt (L) mit Kirschen  F	
FR 25.09. 2020	Schoko-Germknödel (GL-W) mit Vanillesauce (L) Obst  V		Geflügel-Gemüsepfanne (SEL) mit Reis Obst  G	

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 28.09. 2020	Senfeier (L) mit Möhren und Kartoffelpüree (L) Götterspeise mit Vanillesauce (L)  V		Bratwurst (SEN, SEL, 3, 4, 5) mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffeln Götterspeise mit Vanillesauce (L)  SCHW	
Di 29.09. 2020	Minestrone (Gemüsesuppe mit Tortellini) Kuchen (GL-W, E, L)  V		Hähnchengeschnetzeltes in Tomatenrahmsauce (L) dazu Nudeln (GL-W) Kuchen (GL-W, E, L)  G	
MI 30.09. 2020	Ofengemüse mit Pellkartoffeln und Kräuterquark (L) Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L)  V		Spaghetti (GL-W) Bolognese (SEL) dazu Salat Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L)  R	
DO 01.10. 2020	Käsespätzle (GL, E, L) mit Tomatensauce (SEL) Pfirsichquark (L)  V		Fischnuggets (GL-W) mit Spinat und Kartoffeln Pfirsichquark (L)  F	
FR 02.10. 2020	Milchreis (L) mit Kirschen Obst  V		Hähnchenschnitzel (GL-W, E) mit Blumenkohl, brauner Sauce und Nudeln (GL-W) Obst  G	

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 Sulfit (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**