



SPEISEPLAN 3/20 vom 16.03. - 01.05.2020

Bestellungen mindestens EINE WOCHE IM VORAUS
 Abbestellungen bis 8:15 unter 04151-840920
 oder per Mail: grs.schwarzenbek@schule.landsh.de

WICHTIG!!
Abgabe bis
06.03.2020

Name: _____ Klasse: _____

_____ Mahlzeiten à 3 € = _____ €

Barzahlung Lastschrift

Zuschuss aus dem BuT-Programm (kostenfrei)

 (bei Lastschrift Unterschrift Kontoinhaber)

12

TAG	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 16.03. 2020	Schulentwicklungstag (schulfrei)			
DI 17.03. 2020	Kartoffelsuppe (SEL) mit Würstchen (SEN, SEL, 3, 4, 5) dazu ein Baguette (GL-W) Stracciatella Quark (L) V/SCHW		Fischfilet (GL-W) mit Kartoffelauflauf (L) Stracciatella Quark (L) F	
MI 18.03. 2020	Nudeln (GL-W) mit Brokkoli-Käsesauce (L) und Salat Schokopudding mit Vanillesauce (L) V		Cordon Bleu (GL-W, E, L, 3, 4, 5) mit Kohlrabi, brauner Sauce und Kartoffeln Schokopudding mit Vanillesauce (L) G	
DO 19.03. 2020	Pellkartoffel und Kräuterquark (L) dazu Salat Kuchen (GL-W, E, L) V		Hackbällchen (GL-W, E) mit Tomatensauce (SEL) und Schupfnudeln (GL-W) Kuchen (GL-W, E, L) SCHW	
FR 20.03. 2020	Grießbrei (GL-W, L) mit Erdbeeren Obst V		Spaghetti (GL-W) Carbonara (L, 3, 4, 5) mit Salat Obst G	

13

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 23.03. 2020	Vegetarisches Schnitzel (GL-W-H, L, SJ, 14) mit Kräutersauce (L) und Kartoffeln Karamellpudding mit Schokosauce (L) V		Frikadelle (GL-W, E, SEN) mit brauner Sauce, Bohnen und Kartoffeln Karamellpudding mit Schokosauce (L) R/SCHW	
DI 24.03. 2020	Tomatensuppe (SEL) mit Reis dazu Baguette (GL-W) Vanillejoghurt (L) mit Kirschen V		Schnitzel (GL-W, E) mit grünem Blumenkohl brauner Sauce und Kartoffeln Vanillejoghurt (L) mit Kirschen G	
MI 25.03. 2020	Kartoffeltasche (GL-W, E, L) mit Brokkoli Pfirsichquark (L) V		Hühnerfrikassee (SEL, L) mit Erbsen und Möhren dazu Reis Pfirsichquark (L) G	
DO 26.03. 2020	Nudel-Gemüseauflauf (GL-W, L) Kuchen (GL-W, E, L) V		Fischstäbchen (GL-W, E) mit Remoulade (E, SEN) und Gemüsereis Kuchen (GL-W, E, L) F	
FR 27.03. 2020	Kaiserschmarrn (GL-W, L, E) mit Himbeeren und Vanillesauce (L) Obst V		Tortellini (GL-W) mit Tomatensauce (SEL) und Salat Obst R	



Osterferien 30.03. - 17.04.2020



17

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 20.04. 2020	Bratkartoffeln mit Spiegelei dazu Salat Götterspeise mit Vanillesauce (L) V		Nudelauf mit Hackfleisch (GL-W, L) dazu Salat Götterspeise mit Vanillesauce (L) R/SCHW	
Ab jetzt ist der nächste Speiseplan erhältlich. Abgabe bis Freitag, 24.04.2020				
DI 21.04. 2020	Blumenkohlauf (L, E) mit Kartoffeln Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L) V		Hähnchenbrustfilet mit Erbsen und Spätzle (GL-W, E) Vanillepudding (L) mit Schokosauce (L) G	
MI 22.04. 2020	Buchstabensuppe (SEL, GL-W) mit Baguette (GL-W) Mandarinenjoghurt (L) V		Rindergulasch mit Brokkoli und Kartoffeln Mandarinenjoghurt (L) R	
DO 23.04. 2020	Gemüse-Schnitzel (GL-W, SEL) mit Reis und brauner Sauce Kuchen (GL-W, E, L) V		Seelachs (GL-W, E) mit Röstkartoffeln Remoulade (SEN) Kuchen (GL-W, E, L) F	
FR 24.04. 2020	Milchreis (L) mit Kirschen Obst V		Spaghetti (GL-W) Bolognese (SEL) dazu Salat Obst R	

18

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 27.04. 2020	Spinat-Lasagne (GL-W, L) Vanillepudding (L) mit Erdbeeren V		Leberkäse (3, 4) mit Spiegelei und Kartoffelpüree Vanillepudding (L) mit Erdbeeren SCHW	
Di 28.04. 2020	Reis-Gemüsepfanne mit Tomatensauce Stracciatella Quark (L) V		Hähnchencurry (L) mit Paprikagemüse und Reis Stracciatella Quark (L) G	
MI 29.04. 2020	Sommer-Minestrone (GL-W, L, SEL) (Gemüsesuppe mit Tortellini) Himbeerquark (L) V		Cevapcici mit Tzatziki (L) Balkangemüse und Reis Himbeerquark (L) R	
DO 30.04. 2020	Kartoffelgratin (GL-W, L) mit Mischgemüse Götterspeise mit Vanillesauce (L) V		Fischstäbchen (GL-W, E) mit Remoulade (E, S) und Gemüseris Götterspeise mit Vanillesauce (L) F	
FR 01.05. 2020	Maifeiertag (schulfrei)			

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