

SPEISEPLAN 08/19 vom 30.09. - 08.11.2019

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

WICHTIG!!
 Abgabe bis
 20.09.19

Name: _____ Klasse: _____


_____ Mahlzeiten à 3 € = _____ €

Barzahlung Lastschrift

Zuschuss aus dem BuT-Programm (kostenfrei)

(bei Lastschrift Unterschrift Kontoinhaber)

40

| TAG | Essen A ROT | X | Essen B BLAU | X |
|----------------------|---|---|---|---|
| MO 30.09. 2019 | Tortellini (GL-W, L, E) mit Tomaten-Rahmsauce (L, SEL), Salat Vanillepudding (L) mit Erdbeeren V | | Gulasch vom Schwein mit Bohnen und Kartoffeln Vanillepudding (L) mit Erdbeeren SCHW | |
| DI 01.10. 2019 | Kartoffelsuppe (SEL) mit Mettende (SEN, 3, 4, 5) Mehrkornbrötchen (GL-W, R, G, H) Kuchen (GL-W, E, L) V/SCHW | | Cevapcici mit Tzatziki (L), Balkangemüse und Reis Kuchen (GL-W, E, L) R | |
| MI 02.10. 2019 | Schoko-Germknödel (GL-W) mit Vanillesauce (L) Obst V | | Spaghetti (GL-W) Carbonara (GL-W, L, 3, 4, 5) Obst R | |
| DO 03.10. 2019 | <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold; transform: rotate(-15deg);">SCHÖNE FERIEN !!</div>  </div> | | | |
| FR 04.10. 2019 | | | | |

43

| Tag | Essen A ROT | X | Essen B BLAU | X |
|----------------------|--|---|--|---|
| MO 21.10. 2019 | Buchstabensuppe (SEL, GL-W) mit Baguette (GL-W) Mandarinenjoghurt (L) V | | Nürnberger Bratwurst mit Erbsen und Möhren dazu Kartoffelpüree (L) Mandarinenjoghurt (L) SCHW | |
| DI 22.10. 2019 | Kartoffeltaler (E) mit Gemüse und Käse (L) überbacken Schokopudding mit Vanillesauce (L) V | | Hähnchenschnitzel (GL-W, E) mit Rosenkohl, brauner Sauce und Spätzle (GL-W) Schokopudding mit Vanillesauce (L) G | |
| MI 23.10. 2019 | Tortellini (GL-W, L, E) mit Tomaten-Rahmsauce (L, SEL), Salat Kuchen (GL-W, E, L) V | | Fischnuggets (GL-W) mit Spinat und Kartoffeln Kuchen (GL-W, E, L) F | |
| DO 24.10. 2019 | Brokkolisoufflé (GL-W, L, E) mit Kartoffelpüree (L) Karamellpudding mit Schokosauce (L) V | | Chili con Carne (SEL), Reis und Salat Karamellpudding mit Schokosauce (L) R+SCHW | |
| FR 25.10. 2019 | Kartoffelpuffer (GL-W, E) mit Apfelmus Obst V | | Nudelauflauf mit Hackfleisch (GL-W, L) dazu Salat Obst R | |

Bitte Rückseite beachten !!

| Tag | Essen A ROT | X | Essen B BLAU | X |
|---|--|---|---|---|
| MO 28.10. 2019 | Kroketten (L, E) mit Mischgemüse und Kräuterquark (L) V | | Hackbällchen (GL-W, E) mit Tomatensauce (SEL) und Reis SCHW | |
| Ab jetzt ist der nächste Speiseplan erhältlich. Abgabe bis Freitag, 01.11.2019 | | | | |
| DI 29.10. 2019 | Vegetarisches Schnitzel (GL-W-H, L, SJ, 14) mit Kräutersauce (L) und Kartoffeln Vanillepudding (L) V | | Spaghetti (GL-W) Bolognese (SEL) Vanillepudding (L) R | |
| MI 30.10. 2019 | Möhreneintopf (SEL), Mettende (SEN, 3, 4, 5) Mehrkornbrötchen (GL-W, R, G, H) Kuchen (GL-W, E, L) V/SCHW | | Hühnerfrikassee (SEL, L) mit Erbsen und Möhren dazu Reis Kuchen (GL-W, E, L) G | |
| DO 31.10. 2019 | REFORMATIONSTAG (schulfrei) | | | |
| FR 01.11. 2019 | Milchreis (L) mit Kirschen Obst V | | Fischfilet (GL-W) mit Röstkartoffeln, Remoulade (SEN, E) dazu Spinat (L) Obst F | |

| Tag | Essen A ROT | X | Essen B BLAU | X |
|-----------------------------|---|---|---|---|
| MO 04.11. 2019 | Sesamkartoffeln mit Kräuterquark (L) und Mischgemüse Götterspeise mit Vanillesauce (L) V | | Schnitzel (GL-W, E) mit Blumenkohl, brauner Sauce und Kartoffeln Götterspeise mit Vanillesauce (L) G | |
| DI 05.11. 2019 | Gemüseschnitzel (E, SEL, GL-W) dazu Bratnudeln (GL-W) und Salat Kuchen (GL-W, E, L) V | | Fischstäbchen (GL-W, E) mit grünen Bohnen, Dillsauce (L) und Kartoffeln Kuchen (GL-W, E, L) F | |
| MI 06.11. 2019 | Linsensuppe m. Wiener Würstchen (SEN, SEL, 3, 4, 5) dazu ein Baguette (GL-W) Vanillejoghurt (L) mit Kirschen V/SCHW | | Geschnetztes vom Huhn (GL-W, SEL, L) mit Erbsen und Spätzle (GL-W, E) Vanillejoghurt (L) mit Kirschen G | |
| DO 07.11. 2019 | Kartoffelpizza Schokopudding mit Vanillesauce (L) V | | Königsberger Klopse (E) mit Kartoffeln und Rote Beete Schokopudding mit Vanillesauce (L) SCHW | |
| FR 08.11. 2019 | Germknödel (GL-W) mit Waldbeersauce Obst V | | Geflügelbratwurst (L, SEL) mit Lauchgemüse (L) und Püree (L) 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, SJ) 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