

Wichtig!
ABGABE bis
30.11.2018

SPEISEPLAN vom 10.12.2018 - 18.01.2019

Bestellungen mindestens **EINE WOCHE IM VORAUS**

Abbestellungen bis 8:15 unter 04151-840920

oder per Mail: grs.schwarzenbek@schule.landsh.de

Wichtig!
ABGABE bis
30.11.2018

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 10.12.2018	Nudel-Gemüseauflauf (GL-Weizen, L) Mandarinenjoghurt (L)	V	Gyros mit Tzatziki (L) und Reis dazu Salat Mandarinenjoghurt (L)	G
DI 11.12.2018	Vegetarisches Schnitzel (GL-Weizen, Hafer, L, SJ, 14) mit Kräutersauce (L) und Kartoffeln Schokoladenpudding mit Vanillesauce (L)	V	Ungarisches Gulasch mit Blumenkohl und Nudeln (GL-Weizen) Schokoladenpudding mit Vanillesauce (L)	R/ SCHW
MI 12.12.2018	Möhreneintopf (SEL) mit einem Mettende (SEN, 3, 4, 5) Kuchen (GL-Weizen, E, L)	V/ SCHW	Hähnchenbrustfilet mit Erbsen und Spätzle (GL-Weizen, E) Kuchen (GL-Weizen, E, L)	G
DO 13.12.2018	Germknödel (GL-Weizen) mit Waldbeersauce Obst	V	Lasagne Bolognese (GL-Weizen, E, L, SEL) Obst	R
FR 14.12.2018	Ofengemüse mit Pellkartoffeln und Kräuterquark (L) Karamellpudding mit Schokoladensauce (L)	V	Fischstäbchen (GL-Weizen, E) mit grünen Bohnen, Dillsauce (L) und Kartoffeln Karamellpudding mit Schokoladensauce (L)	F

Tag	Essen A ROT	X	Essen B BLAU	X
MO 07.01.2019	Frühlingsrolle (GL-Weizen, SEL) mit Reis und Salat Götterspeise mit Vanillesauce (L)	V	Putenbrustbraten (3, 5) mit Rosenkohl Bratensauce und Kartoffeln Götterspeise mit Vanillesauce (L)	G
DI 08.01.2019	Bauernfrühstück (E) mit Salat Kuchen (GL-Weizen,E,L)	V	Nudelaufwurf (GL-Weizen, L, SEL) mit Kochschinken (3, 5) Kuchen (GL-Weizen, E, L)	SCHW
MI 09.01.2019	Buchstabensuppe (SEL, GL-Weizen) mit Baguette (GL-Weizen) Schokoladenpudding mit Vanillesauce (L)	V	Hähnchen-Gemüsepfanne mit Schupfnudeln (GL-Weizen, E) Schokoladenpudding mit Vanillesauce (L)	G
DO 10.01.2019	Kartoffelpuffer (GL-Weizen, E) mit Apfelsmus Obst	V	Nudeln (GL-Weizen) mit Sauce Carbonara (L) dazu Salat Obst	G
FR 11.01.2019	Gemüsepfanne mit Nudeln (GL-Weizen) und Kräutersauce (L) Himbeerquark (L)	V	Fischnuggets (GL-Weizen) mit Bechamelkartoffeln (L) und Salat Himbeerquark (L)	F

MO 17.12.2018	Kartoffelsuppe (SEL) dazu Wiener Würstchen (SEN, SEL, 3, 4, 5) und Mehrkornbrötchen (GL-Weizen, -Roggen), Kirschcreme (L)	V/ SCHW	Geschnetzeltes vom Huhn (SEL, L) mit Brokkoli und Spätzle (GL-Weizen, E) Kirschcreme (L)	G
DI 18.12.2018	Ravioli (GL-Weizen, SEL, L, E) mit Käsesauce (L) dazu Salat Pfirsichquark (L)	V	Bratwurst (SEN, SEL, 3, 4, 5) mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelpüree (L) Pfirsichquark (L)	SCHW
MI 19.12.2018	Kichererbsenbällchen (GL-Weizen, SEL), braune Sauce und Nudeln (GL-Weizen) Kuchen (GL-Weizen,E,L)	V	Spaghetti (GL-Weizen) Bolognese (SEL) Kuchen (GL-Weizen, E, L)	R
DO 20.12.2018	Kaiserschmarrn (GL-Weizen) mit Pflaumenkompott Obst	V	Cordon Bleu (GL-Weizen, E, L, 1, 3, 5) Kartoffelgratin (L) und Salat Obst	G
FR 21.12.2018	Erster Ferientag		Frohe Weihnachten	

MO 14.01.2019	Gemüse-Schnitzel (GL-Weizen, SEL) mit Tomatensauce (SEL) und Reis Stracciatellaquark (L)	V	Tortellini (GL-Weizen, SEL) mit Tomatensauce (SEL) und Salat Stracciatellaquark (L)	R
DI 15.01.2019	Tomatensuppe (SEL) mit Reis dazu Baguette (GL-Weizen) Vanillepudding (L) mit Erdbeeren	V	Dürüm Döner (GL-Weizen) dazu Salat Vanillepudding (L) mit Erdbeeren	G
MI 16.01.2019	Nudeln (GL-Weizen) mit Käsesauce (L) dazu Salat Mandarinenjoghurt (L)	V	Geschnetzeltes vom Huhn (GL-Weizen, SEL, L) mit Möhren und Kartoffeln Mandarinenjoghurt (L)	G
DO 17.01.2019	Milchreis (L) mit Erdbeeren Obst	V	Leberkäse (SEN, GL-, 5) mit Bohnen und Kartoffelpüree (L) Obst	SCHW
FR 18.01.2019	Gemüse-Lasagne (GL-Weizen, E, L, SEL) Schokoladenpudding mit Vanillesauce (L)	V	Fischstäbchen (GL-Weizen, E) mit Remoulade und Bratkartoffeln Schokoladenpudding mit Vanillesauce (L)	F

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

ALLERGENE: GL) glutenhaltiges Getreide, 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 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

Name: _____ Klasse: _____

_____ x 3 € = _____ €

Lastschrift
 Barzahlung

_____ x 1 € = _____ €

(Unterschrift Erziehungsberechtigter - nur bei Lastschrift)