

Grundschule Karl-Lerbs Straße Monat September 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
28.08.-01.09.2023 KW 35	Menü A	Veggie Nuggets <V>, Käse-Brokkoli-Soße <V>, Bio Vollkorn-Spiralnudeln, Naturjoghurt mit Mango	Chili non Carne mit Tomaten, Kidney-Bohnen, Mais und Paprika <V>, Langkornreis, frisches Obst	Geflügel Currywurst in Tomatensoße <G>, Kartoffel Wedges mit Schale, frisches Obst	Omelette "natur" <V>, Sauerrahmsoße mit Kräutern, Fingermöhrrchen, Salzkartoffeln, Apfelquark	Ravioli mit Erbsenfüllung <V>, Käse-Tomatensoße, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf <V>, frisches Obst	Bio Gratiniertes Blumenkohl <V>, Bio Helle Cremesoße, Bio Salzkartoffeln, Apfelquark	Flädlesuppe in Gemüsebouillon <V>, frisches Obst	Bio Vollkorn-Penne, Bio Käse-Tomatensoße mit Bio Sonnenblumenhack <V>, Naturjoghurt mit Mango	Reis-Gemüse-Pfanne mit Fairtrade-Reis <V>, frisches Obst
04.09.-08.09.2023 KW 36	Menü A	Mini Geflügelfleischbällchen <G>, Helle Soße für Geflügel, Erbsen, Salzkartoffeln, Hafer-Dessert Salted Caramel	Linsen-Hirse-Bällchen <V>, Tomatensoße, Vollkorn-Spiralnudeln, frisches Obst	Seelachs-Fischstäbchen mit einer leckeren Panade <F>, Salzkartoffeln, Rahmspinat, frisches Obst	Reibekuchen, Apfelkompott, Vanillequark	Brokkoli, Käsesoße <V>, Salzkartoffeln, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Spinat-Kartoffel-Gratin <V>, Hafer-Dessert Salted Caramel	Mini Kartoffeltaschen Frischkäse-Kräuter <V>, Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Erbsen und Möhren, Käsesoße, frische Obst	Ratatouille aus Tomaten, Auberginen, Zucchini und Paprika <V> in Paprikarahmsoße, Parboiled Reis, frische Obst	Tomatensuppe mit Reis <V>, Dinkelbrötchen, Vanillequark	Lasagne Vegetaria mit Tomaten und Paprika <V>, frisches Obst
11.09.-15.09.2023 KW 37	Menü A	Gemüse-Knusper-Bratling <V>, Brokkoli, Kartoffelpüree, Milchpudding Vanille	Gemüseerbseneintopf <V>, Dinkelbrötchen, frisches Obst	Ravioli "mediterran" mit einer Füllung aus Paprika, Tomaten, Auberginen und Ricotta <V>, Tomatensoße, frisches Obst	Veggie-Bällchen aus Grünkern und Gemüse, <V>, Paprikarahmsoße, Langkornreis, Naturjoghurt mit Kirschen	Rindergulasch in Paprikarahmsoße <R>, Balkangemüse aus Möhren, Bohnen, Erbsen, Paprika und Mais, Salzkartoffeln, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Tortelloni in Tomatensoße <V>, Milchpudding Vanille	Blumenkohlcurry mit Sonnenblumenhack und Käsesoße, Parboiled Reis, frisches Obst	Rührei <V>, Käse-Brokkoli-Soße, Salzkartoffeln, frisches Obst	Vollkornnudelauf mit Möhren und Sonnenblumenhack <V>, Naturjoghurt mit Kirschen	Topfenschmarrn <V>, Vanillesoße, frisches Obst
18.09.-22.09.2023 KW 38	Menü A	Gemüse-Käse-Frikadelle <V>, Kartoffel Wedges mit Schale, Tomatenquark, Hafer-Dessert Schoko	Überbackener Vollkornspätzle-Auflauf mit Brokkoli <V>, frisches Obst	Mini Kartoffeltaschen Frischkäse-Kräuter <V>, Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Erbsen und Möhren, Sauerrahmsoße mit Kräutern, Vanillequark	Rinderbolognese <R>, Vollkorn-Spiralnudeln, frisches Obst	Milchreis <V>, Kirschsoße, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Falafel <V>, Kartoffel Wedges mit Schale, Tomatenquark, Hafer-Dessert Schoko	Linsen Eintopf mit Kartoffel Möhren und Lauch <V>, Dinkelbrötchen, frisches Obst	Tortelloni-Spinat-Auflauf <V>, Vanillequark	Dampfnudel <V>, Vanillesoße, frisches Obst	Vollkorn-Spiralnudeln, Blattspinat-Tomatensoße <V>, Gouda gerieben, frisches Obst
25.09.-29.09.2023 KW 39	Menü A	Chicken Nuggets <G>, Kartoffel Wedges mit Schale, Kräuterquark, Naturjoghurt mit Mango	Kartoffel-Möhren-Eintopf <V>, Vollkorn Dinkelbrötchen, frisches Obst	Gemüse-Bolognese mit Sonnenblumenhack <V>, Vollkorn-Spiralnudeln, frisches Obst	Omelette "natur" <V>, Kohlrabi Würfel mit Gemüesfond, Salzkartoffeln, Milchpudding Schoko	Seelachsschnitte gebacken <F>, Kartoffelpüree, Möhren in Käsesoße <V>, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Chili non Carne mit Tomaten, Kidney-Bohnen, Mais und Paprika <V>, Parboiled Reis, Naturjoghurt mit Mango	Vollkorn-Käsespätzle <V>, frisches Obst	Gemüseragout aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli in Rahmsoße mit Kräutern, Salzkartoffeln, frisches Obst	Ravioli mit Rucola-Ricotta-Füllung <V>, Tomatensoße, Milchpudding Schoko	Kartoffel-Blumenkohl-Auflauf <V>, frisches Obst

Speiseplan ohne Gewähr. Wir weisen daraufhin, dass die Inhaltsstoffe (Allergene und Zusatzstoffe) der Speisen endgültig am Ort der Speisenausgabe gekennzeichnet sind.