

Speisenplan August 2023

Datum	Menü 1 vegetarisch	Menü 2 enthält Fleisch oder Fisch
Di 1.8.	Käsespätzle mit Gouda (M, G1, E1), Kürbis-Schnittlauchsoße (G1, M), Erbsen (M), Rohkost, Frischobst	Hühnerfrikassee mit Erbsen (G1, M), Reis, Gouda (M), Rohkost, Frischobst
Mi 2.8.		 Tomatenpesto (M), Vollkornnudeln (G1), Rohkost, Apfel- <u>Joghurt</u> -Drink (M)
Do 3.8.	 Sojaschnitzel (G1, S1), Karotten in heller Soße (G1, M), <u>Kartoffeln</u> , Rohkost, Frischobst	
Fr 4.8.	 Sesam- <u>Kartoffeln</u> (S3) mit Kräut <u>erquark</u> (M), Rohkost	
Mo 7.8.	 Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung (E1, G1, M), Tomatensoße (G1), Trink <u>joghurt</u> natur (M), Rohkost, Körnermix	
Di 8.8.	 Linsen-Hirse-Bällchen (G4, G1), Mais in Buttersoße (G1, M), <u>Kartoffel</u> -Möhrenpüree (M), Rohkost, Frischobst	 Geflügelfrikadelle (G1), Zwiebelsoße (G1), Erbsengemüse (M), <u>Kartoffeln</u> , Rohkost, Frischobst
Mi 9.8.	 Ratatouillegemüse mit Zucchini, Aubergine, Paprika, Tomate (G1), Bulgur (G1), geriebener Gouda (M), Rohkost, <u>Quark</u> speise (M) mit Kirschen	
Do 10.8.	Curry von roten Linsen mit Möhren und Sellerie (G1, S2), Vollkornreis, Rohkost, Frischobst	
Fr 11.8.	 Ei in Senfsoße (G1, M, S4), <u>Kartoffeln</u> , Rohkost	
Mo 14.8.		 Kürbissuppe (M, G1), Gouda (M), Grießbrei (M, G1) mit Blaubeersoße, Rohkost
Di 15.8.	 Erbseneintopf mit gelben Erbsen, Kartoffel- und Möhrenwürfeln, <u>Sonnenblumenkern-Vollkornbrot</u> (G1, G2), Rohkost, Frischobst	 Hähnchenpfanne "Kebab", Tomatengemüse (G1), Vollkornreis, <u>Joghurt</u> dip mit Gurke (M), Rohkost, Frischobst
Mi 16.8.		 Linsenbolognese mit Karotte, Sellerie (G1, S2), Nudeln (G1), Rohkost, <u>Joghurt-Quark</u> speise mit Apfel (M)
Do 17.8.	Schupfnudeln (G1, E1), Julienne-gemüse in Käsesoße mit Möhre, Lauch, Sellerie (M, G1, S2), Rohkost, Frischobst	 Gekochte <u>Rind</u> fleischwürfel in Meerrettichsoße (M, G1), Kartoffeln, Bohnen, Rohkost, Frischobst
Fr 18.8.		 Paniertes Seelachsfilet (G1, F) geschmortes Paprikagemüse (M, G1), <u>Kartoffelpüree</u> (M), Rohkost
Mo 21.8.		 Spinatsoße mit Hirtenkäse (M, G1), Nudeln (G1), Trink <u>joghurt</u> natur (M), Rohkost
Di 22.8.	 Chili mit Kidneybohnen, Kichererbsen, Paprika, Mais (G1), <u>Vollkornbrot</u> (G1, G3), Kräuter- <u>Joghurt</u> dip (M), Rohkost, Frischobst	 Gulaschsuppe mit Putenfleisch, Paprika, Möhren, <u>Kartoffelwürfeln</u> (G1), <u>Vollkornbrot</u> (G1, G2), Rohkost, Frischobst
Mi 23.8.	 Vegetarische Wiener (G1, E1, S2, S3), <u>Kartoffel</u> -Möhrenpüree (M), Rohkost, Rote Grütze aus Erdbeeren, Blaubeeren, Kirschen mit <u>Joghurt</u> speise (M)	
Do 24.8.	Kartoffel-Brokkoli-Blumenkohl-Auflauf mit Gouda-Sonnenblumenkernkruste (G1, M), Rohkost, Frischobst	 <u>Rind</u> erbolognesesoße (G1), Nudeln (G1), geriebener Gouda (M), Rohkost, Frischobst
Fr 25.8.	 Möhre-eintopf mit <u>Kartoffelwürfeln</u> , Rohkost, <u>Vollkornbrot</u> (G1, G2)	
Mo 28.8.	 Tomatensuppe (G1) mit geriebenem Gouda (M), Eierkuchen (M, G1, E1), Pflaumenkompott, Trink <u>joghurt</u> natur (M), Rohkost	
Di 29.8.	Kartoffelgnocchi mit Gouda überbacken (M, G1), Spinatsoße (M, G1), Rohkost, Frischobst	
Mi 30.8.	 Brokkoliröschen mit gerösteten Sonnenblumenkernen, Petersiliensoße (G1, M), Vollkornreis mit Linsen, Rohkost, Apfel- <u>Joghurt</u> -Drink (M)	
Do 31.8.	 Grüne Bohneneintopf mit <u>Kartoffeln</u> , Möhren, <u>Vollkornbrot</u> (G1, G2), Rohkost, Frischobst	



Kontrollnummer: DE-ÖKO-070 Diese Lebensmittel bieten wir in BIO-Qualität an:
Reis, Nudeln, Rindfleisch, Kartoffelprodukte, Frisch- und Tiefkühlgemüse, Frisch- und Tiefkühlobst, Milch und Milchprodukte, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen
(Sonderkost ausgenommen)



Menü enthält mind. 1 regionales Bioprodukt
Wir sind Partner des Projektes wo-kommt-dein-essen-her und unterstützen das Ziel, den Anteil an regionalen Bioprodukten im Schulessen zu erhöhen.