

Speiseplan Monat September 2017 Realschule Lerchenberg



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
04.09.-08.09.2017	A veg. Tortelloni mit Käsefüllung (a,c,g), Tomatenkräutersoße (i), Schusterjungs (Roggenmischbrötchen) (a), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Herzhaftes Rindergulasch (a,i,j), Kartoffeln, Rotkohl, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Fit Pizza Thunfisch-Zwiebel (a,d,g), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst, Mineralwasser Natur	Gemüsepfanne "Provenca" (Mediterranes Gemüse mit kl. Kartoffeln und Weißkäse) (g), Mineralwasser Natur, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	JUNGE KÜCHE Freitag
	B veg. Tortelloni mit Käsefüllung (a,c,g), Tomatenkräutersoße (i), Schusterjungs (Roggenmischbrötchen) (a), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Polenta-Nuggets (a,c,g), Möhren in Sahnesoße (a,g), Langkornreis, Mineralwasser Natur	Fit Pizza Margherita Speciale (a,g,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst, Mineralwasser Natur	veg. Spätzle-Gemüse-Pfanne (a,c,i), Mineralwasser Natur, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
11.09.-15.09.2017	A Büffetessen (a,c,d,e,f,g,h,i,j,k,l,m) , Salat/Rohkost mit French Dressing (c,f,g,j), Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)	Hähnchendöner, Kebapsauce weiß mit Kräuter (c,g,i), Pommes "Welle", Krautsalat, [3] Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Rösti Schweizer Art, Kräuterquark (g), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs geformt (a,c,d), Kartoffelpüree (g), Erbsen leicht gebunden, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
	B Büffetessen (a,c,d,e,f,g,h,i,j,k,l,m) , Salat/Rohkost mit French Dressing (c,f,g,j), Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)	Döner veg. mit Linsenbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen (a,c), (g) und Kebapsauce (c,g,i), Pommes "Welle", Krautsalat [3], Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Milchreis (veg.) (g), Rote Fruchtgrütze, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. Makkaroni-Auflauf (Erbsen, Zwiebeln Tomatensoße, Eier- Käsemilch) (a,c,g,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst, Mineralwasser Natur	
18.09.-22.09.2017	A Vegetarisches Chili mit Gemüse (a), Fladenbrot aus dem Steinofen (a), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Spiralnudeln (a,c) , Bolognese [G](a,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst, Fruchtjoghurt (g)	Falafel (Kichererbsenbällchen) (j), veg. Käsesoße (a,g,i), Reis- Wildreismischung mit Gemüse, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Natur Seelachs-Nuggets in Kräuter marinade (d), Dillrahmssoße (a,g,i), Kartoffeln mit Schale, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
	B veg. Gemüseerbseneintopf (mit Sahne und Sauerrahm) (a,g,i), Vollkornbrötchen (a,e,h), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Spiralnudeln (a,c) , vegetarische Bolognesesoße (a,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst, Fruchtjoghurt (g)	Linsenbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen (a,c), veg. Käsesoße (a,g,i), Reis-Wildreismischung mit Gemüse, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Gemüsespieß , Dillrahmssoße (a,g,i), Kartoffeln mit Schale, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
25.09.-29.09.2017	A Gebra. Hähnchenbrustfilet "Natur", Soße "Balkan Art" (Tomatensoße, Paprika, Essiggurke) (a,j), Langkornreis, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Hamburger zum Selbstbelegen, Kebapsauce weiß mit Kräuter (c,g,i), Pommes "Welle", Krautsalat, [3] Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Alaska-Seelachs in Backteig (a,d,i), Remoulade [1](g,j), Steakhouse Frites, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. Kartoffelpfanne mit Gemüse, Tomatensoße (a,g,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
	B Frühlingsrolle vegetarisch (a,c,g,i), Langkornreis, Pikante Currysoße (g,j), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Hamburger zum Selbstbelegen veg., Kebapsauce weiß mit Kräuter (c,g,i), Pommes "Welle", Krautsalat, [3] Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. pan. Gemüsenuggets (a,c,g,i,k), Remoulade [1](g,j), Steakhouse Frites, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. Mini-Ravioli mit Gemüsefüllung (a,c), Brokkoli-Käsesoße (a,g,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	

Zusatzstoffe und Allergene laut separatem Aushang.

Rindfleisch [R], Geflügelfleisch [G], Schweinefleisch [S]

Änderungen vorbehalten!

Speiseplan Monat September 2017 Realschule Lerchenberg

