

Speiseplan Monat Oktober 2017 Realschule Lerchenberg



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
16.10.-20.10.2017	A	geschn. Geflügelbratwurst in milder Curry-Tomatensoße (j), Steakhouse Frites, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst, Mineralwasser Natur	Hähnchenbruststückenfilets, veg.braune Rahmsoße (a,c,g,i), Kartoffeln, Rotkohl, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Alaska Seelachs in Vollkornpanade (a,d), Dillrahmsoße (a,g,i), Langkornreis, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. Reibekuchen "Hausfrauen Art" (a,c), Apfelmark, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
	B	Geschnittene Bratwurst aus Weizen in milder Tomaten-Currysoße., Steakhouse Frites, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst, Mineralwasser Natur	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" (a,c), veg.braune Rahmsoße (a,c,g,i), Kartoffeln, Rotkohl, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. Gemüsesoße "Stroganoff" (a,g,i), Fusilli (a), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Tortelloni-Spinat-Auflauf (a,c,g,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
23.10.-27.10.2017	A	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße (a,g,i), Kartoffeln, Markerbsen mittelfein, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Seelachsstücke in Curryfruchtsoße mit Möhren, Zucchini, Blumenkohl mit sauerrahm und Kokosmilch (d,g,j), Langkornreis, Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Penne Rigate (a), Tomatenkräutersoße (i), geriebener Hartkäse [1,2](g), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln (a,i), Roggenkernbrot, geschnitten (a), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
	B	veg. Nudel-Brokkoli-Auflauf (a,g), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. milde Käsespätzle (a,c,g), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Tortelloni-Spinat-Auflauf (a,c,g,i), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Kartoffeltaschen "Frischkäse-Kräuter" (g), Kräuterquark (g), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
30.10.-03.11.2017	A	Heute kein Essen	Reformationstag	Allerheiligen	Geschnittener Pfannkuchen ohne Rosinen (a,c,g), Vanillesoße (a,g), Salat/Rohkost mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
	B				veg. asiatische Mienudelpfanne mit Gemüse und Ei (a,c,f,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!