






	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Karotten- Kohlrabieintopf(a,i) mit einer Scheibe Brot(a)	Boulette vom Rind (a,c)mit Sauce(a),Mischgemüse(g) und Kartoffeln	Chili con Carne(5) mit einem Brötchen(a)	Rindergulasch (a,i) mit Rotkohl (3,5,l) und Kartoffeln	Kartoffel- Blumenkohlauflauf(1,g) mit einer Tomatensoße(3,5,a,l)
	Frisches Obst der Saison	 Karotten- Apfelsalat(3)	 Blattsalat mit Joghurdressing(3,5,g,l)	 Beerenqrk(g)	Obstsalat
	217kcal,906kJ,1F,40KH,5EW	627kcal,2620kJ,26F,65KH,28EW	381kcal,1600KJ,7F,64Kh,14EW	538kcal,2251kJ,9F,81KH,30EW	1097kcal,4591kJ,23F,183KH,32EW
Menü 2	Bunter Gemüseintopf mit Karotte, Zucchini Erbse, Pastinake und Huhn einer Scheibe Brot(a)	Vegetarische Bolognese(a,i) mit Spirelli(a) und geriebenem Käse(g)	Spreewälder Kräuterquark(g) mit Kartoffeln (g)	Gemüsecurry mit Soja(aq,g) und Langkornreis	Eieromlette (c,f,g) mit Rahmspinat (g) und Dampfkartoffeln
	 Frisches Obst der Saison	Karotten- Apfelsalat(3)	Blattsalat mit Joghurdressing(3,5,g,l)	Beerenquark(g)	 Obstsalat
	213kcal,891kJ,1F,38Kh,6EW	607kcal,2549kJ,19F,85KH,21EW	467kcal,1950kJ,19F,44KH,27EW	740kcal,3114KJ,11F,135	(H,20EW)

~~Schule Speisekarte vom 23.09.2019 - 27.09.2019~~



Wir können nicht ausschließen daß es zu Kreuzkontaminationen mit unten auslösenden Stoffen/Lebensmitteln kommt: