

Speiseplan



Schule: Montessorischule

Der Speiseplan gilt für die KW Bitte eintr. , also vom Datum vom bis Datum bis

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	veg. Ravioli-Gemüse (a1, 1, c, g)	Pellkartoffeln Räucherlachs (d) Kräuterquark (g)	Hähnchenschnitzel (a1, c) Rosmarinkartoffeln Champignon-Rahmsoße (a1, g)	Vollkornreis Chili sin Carne (Kidny-Bohnen, Paprika, Zwiebel, Tomaten)	Kürbis-Suppe (g) (Honig, Ingwer, Möhren, Zwiebeln, Kartoffeln)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE	veg. Ravioli-Gemüse (a1, 1, c, g)	Pellkartoffeln Kräuterquark (g) Vegetarische Frikadelle (a5, c, f)	Vegetarische Schnitzel (a1, c, i) Rosmarinkartoffeln Champignon-Rahmsoße (a1, g)	Vollkornreis Chili sin Carne (Kidny-Bohnen, Paprika, Zwiebel, Tomaten)	Vollkornbrötchen (a1)
SALAT + ROHKOST	Salat(Eisberg, Tomaten, Gurken) Dressing (j) (Senf, Honig, Rapsöl)	Rohkost Gurken, Möhren	Salat (Eisberg, Gurken, Tomaten, Zwiebeln) Dressing (Joghurt mit Kräuter)	Salat (Romana, Tomaten, Feta-Käse, Rucola)	
DESSERT + OBST	Obst	Obst	Obst	Obst	Obst Dessert Quark (g)

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Zusatzstoffe

1	Mit Farbstoff	6	Geschwärzt
2	Mit Konservierungsstoff	7	Gewachst
2.1	Mit Nitritpökelsalz	8	Mit Phosphat
2.2	Mit Nitrat	9	Süßungsmittel(n)
2.3	Mit Nitratpökelsalz und Nitrat	10	Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln
3	Mit Antioxidationsmittel	11	Enthält eine Phenylalaninquelle
4	Mit Geschmacksverstärker	12	Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
5	Geschwefelt		

Allergene

a1	Weizen	e	Erdnüsse	h6	Paranüsse
a2	Roggen	f	Sojabohnen	h7	Pistazien
a3	Gerste	g	Milch, Laktose	h8	Macadamia- oder Queenslandnüsse
a4	Hafer	h1	Mandeln	i	Sellerie
a5	Dinkel	h2	Haselnüsse	j	Senf
b	Krebstiere	h3	Walnüsse	k	Sesamsamen
c	Eier	h4	Kaschunüsse	l	Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l)
d	Fische	h5	Pecannüsse	m	Lupine
				n	Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.)