



SPEISEPLAN

Schule



08.05.2023

bis

12.05.2023

AWO und AOK wünschen Ihren Kindern einen guten Appetit!

Woche 4		Mittagessen 1	Mittagessen 2 - vegetarisch
Montag	08.05.23	Geflügelklopse (2/3/5) mit Kräutersoße (a1/b), Fingermöhren (a1/b) und Reis Obst	Spätzle (a1/b/c) mit Champignonsoße (a1/b) Obst
Dienstag	09.05.23	Schlemmerfilet Bordelaise (a1/d/k) vom Seelachs mit Dillssoße (a1/b/k) und Petersilienkartoffeln Salat (2/9)	Hausgemachter Kräuterquark (b) und Salzkartoffeln Salat (2/9)
Mittwoch	10.05.23	Lauchcremesuppe (a1/b) Chili con Carne vom Rind (3/a1/b) mit Brötchen (a1/a3) Obst	Lauchcremesuppe (a1/b) Eierpfannkuchen (a1/b/c) mit Apfelmus (5/9) Obst
Donnerstag	11.05.23	Putengeschnetzeltes (a1/b) mit Curry, Blumenkohl (a1/b) und Kartoffelpüree (5/b) Fruchtjoghurt (b)	Kartoffel-Spinatauflauf (a1/b/c) mit cremiger Kürbisssoße (a1/b) Fruchtjoghurt (b)
Freitag	12.05.23	Mienudel (a*) - Gemüsepfanne Quarkdessert (b,9)	Gemüselasagne (a1/b/c/k) mit Karotten, Zucchini und Brokkoli, dazu Champignonsoße (a1/b) Quarkdessert (b,9)

Alle Menüs wurden auf Grundlage der Empfehlungen der Deutsche Gesellschaft für Ernährung sowie der **AOK**-Ernährungsexpertinnen zusammengestellt. Bitte berücksichtigen Sie bei Ihrer Menüauswahl, dass für eine gute Entwicklung Ihres Kindes **maximal 2 x wöchentlich mageres Muskelfleisch** und **mindestens 1 x wöchentlich Fisch** (vorzugsweise Lachs, Thunfisch, Makrele oder Hering) ausgewählt werden. Die restlichen Wochentage sollten durch vegetarische Gerichte ergänzt werden.

Zusatzstoffe und Hauptallergene*: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Phosphat, 4) geschwefelt, 5) mit Antioxidationsmittel, 6) mit Geschmacksverstärker, 7) geschwärzt, 8) gewachst, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12) mit Milcheiweiß, 13) mit Eiklar, 17) koffeinhaltig, a) Glutenhaltiges Getreide, b) Milch (einschließlich Laktose), c) Ei, d) Fisch, e) Krebstiere, f) Soja, g) Erdnüsse, h) Schalenfrüchte/Nüsse, i) Sesam, k) Sellerie, m) Senf, o) Schwefeldioxide und Sulfid, r) Lupine, s) Weichtiere, zu den einzelnen Getreidesorten /Schalenfrüchten fragen Sie bitte unseren Betriebsküchenleiter.

Änderungen vorbehalten!
Das Küchenteam ist erreichbar unter Tel. 09281/7891622



Wann sind wir denn da?
Tipps für ein entspanntes Reisen mit Kindern

[Hier klicken oder scannen](#)

