



SPEISEPLAN

Schule



15.05.2023

bis

19.05.2023

AWO und AOK wünschen Ihren Kindern einen guten Appetit!

Woche 5		Mittagessen 1	Mittagessen 2 - vegetarisch
Montag	15.05.23	Hähnchenbrustfilet Piccata in Käse- Eihülle (1/b/c) mit Tomatensoße (a1/b) und Spirelli (a1/c) Obst	Cheese Nuggets (a1/b) Ketchup mit Süßkartoffelpüree (b) Obst
Dienstag	16.05.23	Chickenhaxen (a/c/k) mit Bratensoße dazu Reis Salat (2/9)	Spaghetti (a1/b) mit Gemüse-Bolognese (a1/b/k) Salat (2/9)
Mittwoch	17.05.23	Grießklößchensuppe mit Gemüse(a1/b) Hot- Dog (a*c2/3/5/6) zum selbstbelegen mit Gurke und Röstzwiebeln Obst	Grießklößchensuppe mit Gemüse(a1/b) Kaiserschmarrn (a1/b/c) mit Vanillesoße (1/9/b) Obst
Donnerstag	18.05.23	Feiertag	Feiertag
Freitag	19.05.23	Schollenfilet gebacken (b/c/d/a1) an Champignon-Spargelsoße (a1/b) und Kartoffelpüree Quarkdessert (b,9)	Gemüse- Maultaschen (a1/b/c/k) in Wurzelgemüesoße (a1/b/k) 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) Schwefeldioxyde und Sulfit, 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](#)

