

Speiseplan



Schule: Montessorischule

Der Speiseplan gilt für die KW _____, also vom _____ bis _____

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Farwelle-Nudel (a1, c, g, i) Pesto (g) (getrocknete Tomaten, Pinienkerne, Parmesankäse)	Vollkornreis Chili Sin Carne (Zwiebel, Paprika, Tomaten)	Bratkartoffeln Seelachsfilet (d) Gemüse (Möhren, Erbsen)	Reis Tomatensoße (g) Bio Puten-Gyros	Blumenkohl-Suppe (i) (Bi-Lauch, Bio Möhren, Bio Kartoffeln) Baguette (a1, g)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE			Bratkartoffeln Vegetarische Schnitzel (g, a1)	Reis Tomatensoße (g) Vegetarische Gyros	
SALAT + ROHKOST	Salat (Gurken) Dressing (g) (Bio Joghurt, frische Kräuter)	Salat (Romana, Tomaten, Gurken) Dressing (i) (Zitrone, Öl, Honig)		Krautsalat (Weißkohl, Möhren) Dressing (g) (Joghurt mit Kräuter)	
DESSERT + OBST	Stückobst	Stückobst	Stückobst	Stückobst	Stückobst Dessert (g) (Quark, Mandarine)

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.)