

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	Vollkornnudeln (a1) Tomaten-Soße (Möhren, Zwiebeln, Milch) (g)	Kartoffelgratin (g) (Kartoffel, Milch, Käse) Fischstäbchen (Seelachs) (a1, c, d)	Hühnerfrikassee (Erbsen, Bio-Möhren, Zwiebeln) (g) Vollkornreis	Kuskus (a1) Veg. Napoli-Soße (Tomaten, Auberginen, Zucchini, Paprika)	Rote Linsensuppe (Kartoffeln, Zwiebeln, Tomaten) Brötchen (a1)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE	Vollkornnudeln (a1) Tomaten-Soße (Möhren, Zwiebeln, Milch) (g)	Veg. Kartoffelgratin (g) (Kartoffel, Milch, Käse) Veg. Fischstäbchen (a1, f, c, g)	Helle Soße mit Gemüse (g) (Erbsen, Bio-Möhren, Zwiebeln) Vollkornreis	Kuskus (a1) Veg. Napoli-Soße (Tomaten, Auberginen, Zucchini, Paprika)	Rote Linsensuppe (Kartoffeln, Zwiebeln, Tomaten) Brötchen (a1)
SALAT + ROHKOST	Salat(Feldsalat, Tomaten, Mozzarella) (g)) Dressing (j) (Senf, Bio-Essig, Rapsöl) (i)	Rohkost (Kohlrabi, Möhren)	Salat (Eisberg, Romana, Mais) Dressing (Zitrone, Öl, Bio-Honig))	Salat (Gurken) Dressing (Joghurt-Dressing, frischer Kräuter) (g)	
DESSERT + OBST	Obst	Obst	Obst	Obst	Dessert (Quarkdessert) (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.)