



Speiseplan Grundschule Rothestraße



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Currys

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	12	19.03.18	20.03.18	21.03.18	22.03.18	23.03.18
Gericht 1	Vegetarisch	Pesto-Rosso* Vollkorn Spirelli mit Pesto-Rosso-Sahne-Soße (A,G) dazu Rucola, Cherrytomaten und Parmesan (G) *enthält Cashewnüsse	3 Glücks Sterne (A,F, Knusper-Sterchen mit Hokkaido-Kürbis und Tofu) mit Petersilienkartoffeln und Kräuterquark (G)	Pizza Margarita (A) würzige Tomatensoße, Mais und Oregano überbacken mit Gouda (G)	4 vegetarische Bällis (A,F) mit Béchamelsoße (A,G) und Parboiled Reis	Linseneintopf mit Minze dazu Vollkorn Fladenbrot (A,K)
Gericht 2	Fisch/Fleisch	Pesto-Verde* Spirelli (A) in Pesto-Verde Sahne-Soße (G) dazu Rucola, Cherrytomaten und Parmesan (G) *enthält Pinienkerne	Seelachs in Krosspanade (A,D) mit Petersilienkartoffeln und Kräuterquark (G)	Pizza Salami (A) fruchtige Tomatensoße, Salami (Pute), Tomaten und Oregano berbacken mit Gouda (G)	Königsberger Klopse (Rindfleisch) mit Béchamelsoße (A,G) und Parboiled Reis	-
Salatbar		Gurken & Kohlrabi Salat mit Öl & Dressing ***** Grießpudding (G)	Tomaten & Möhren Salat mit Öl & Dressing ***** Äpfel	Gurken & Möhren Salat mit Öl & Dressing ***** Bananen ***** Früchtetee	Tomaten & Rote Beete Salat mit Öl & Dressing ***** Ananas	Knabbergemüse ***** Obst ***** Fencheltee

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten



Speiseplan Grundschule Rothestraße



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Currys

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	13	26.03.18	27.03.18	28.03.18	29.03.18	30.03.18
Gericht 1	Vegetarisch	Brokkolicremesuppe (G) dazu Vollkorn Baguette (A,K)	Chili sin carne vegetarisches Chili mit Paprika, Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazu Salzkartoffeln	Ravioli Pizzaiola (A) in Tomaten-Sahne-Sauce (G) dazu Parmesan (G)	3 Falafel Taler (A) mit gebratenem Blumenkohl, Kartoffeln und Basilikumsoße (A,G)	Karfreitag
Gericht 2	Fisch/Fleisch	Erbsencremesuppe dazu Vollkorn Baguette (A,K)	Chili con carne Chili mit Rinderhack, Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazu Salzkartoffeln	Bunte Spirelli (A) in Tomaten-Sahne-Sauce (G) dazu Parmesan (G)	Seelachsfilet (D) mit gebratenem Blumenkohl, Kartoffeln und Basilikumsoße (A,G)	
Salatbar		Tomaten & Kohlrabi Salat mit Öl & Dressing ***** Äpfel ***** Apfeltee	Gurken & Paprika Salat mit Öl & Dressing ***** Birnen	Quarkpudding (G) mit Krunchy ***** Salat mit Öl & Dressing **** Kräutertee	Knabbergemüse ***** Obst	

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten