

Speisenplan Martinschule II und III Winter

26.02. - 01.03.2024

	Essen	Beilagen	Salat/Gemüse	Dessert
3. Woche				
Montag	Senfsoße mit gekochtem Ei (1,3,7,10)	Bio - Kartoffeln	Rotkrautsalat	Obststück (wechselnde Sorten)
Dienstag (Fleisch)	Hühnerfrikasse mit Möhre, Erbsen, Spargel, Sellerie (1,7,9)	Bio - Kartoffeln/ Vollkornreis	Gemüseticks (Rettich, Gurke, Radieschen) mit Dip (1,3,5,6,7,8)	
Mittwoch	Vollkornnudeln mit Pesto und Tomaten (1,3,7,8)		Ruccolasalat mit Käse	Schokopudding 1,6,7
Donnerstag	Blumenkohl-Käse-Knusperstern 1,3,7,9	Apfel-Zwiebel-Topping (7)	Apfel-Möhrensalat mit Rosinen und Nüssen (8)	Vanillequarkspeise (1,6,7)
Freitag (Fisch)	Spinat-Lachslasagne (1,4,7)		Gemüseticks (Tomate, Kohlrabi, Gurke) mit Dip (1,3,5,6,7,8)	Obststück (wechselnde Sorten)

Dip/Dressing

Allergenkennz

- 1 glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse
- 2 Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 3 Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 4 Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 5 Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 6 Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 7 Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 8 Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 9 Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 10 Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 11 Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 12 Schwefeldioxid und Sulphite
- 13 Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 14 Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Allergene

- 1
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 10
- 11
- 12

Speisenplan Martinschule II und III Winter

04.03. - 07.03.2024

	Essen		Beilagen	Salat/Gemüse	Dessert
4. Woche					
Montag	Bunter Gemüseeintopf mit Kartoffeln, Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Blumenkohl		Vollkornbrötchen(1,6,7,11 in Spuren)	Gemüsesticks (Paprika, Kohlrabi, Radies, Dip) (1,3,5,6,7,8)	Obststück (wechselnde Sorten)
Dienstag (Fleisch)	Spaghetti Bolognese mit Möhren, Tomaten, Sellerie (1,7)		Vollkornnudeln (1)	Blattsalatmix mit Dressing(1,3,5,6,7,8)	
Mittwoch	Gemüsesuppe-Broccolicreme (1,7)	Milchreis (1 in Spuren,7)	Früchten (1,6,7)	Gemüsesticks (Möhre, Kohlrabi, Gurke Dip) (1,3,5,6,7,8)	
Donnerstag	Kartoffel-Gemüseauflauf mit gelben, roten Möhren und grünen Bohnen (1,3,7)			Eisbergsalat mit Tomaten und Dressing (1,3,5,6,7,8)	Quarkspeise mit Banane (1,6,7)
Freitag (Fisch)	Fischstäbchen (1,4)	Senfsoße (1,7,10)	Stampfkartoffeln (7)	Rotkrautsalat	Obststück (wechselnde Sorten)

Dip/Dressing

Allergenkennz

- 1 glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse
- 2 Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 3 Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 4 Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 5 Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 6 Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 7 Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 8 Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 9 Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 10 Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 11 Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 12 Schwefeldioxid und Sulphite
- 13 Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- 14 Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Allergene

- 1
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 10
- 11
- 12

Speisenplan Martinschule II und III Winter

11.03. - 15.03.2024

	Essen	Beilagen	Salat/Gemüse	Dessert
1. Woche				
Montag	Brühnudeln mit Brechbohnen, Erbsen, Möhren, Blumenkohl (1,3)	Vollkornbrötchen (1,6,7,11 in Spuren)	Gemüsesticks (Kohlrabi, Radieschen, Paprika) mit Dip (1,3,5,6,7,8)	Obststück (wechsellnd Sorten)
Dienstag (Fleisch)	Königsberger Klopse (1,3)	Biokartoffeln	großer Salat (Eisberg, Mais, Möhre, Feta, Brötchen) (1,6,7, 11 in Spuren)	Rote Beete Salat (9)
Mittwoch	Gemüse-Spätzle (1,3,6)		Gemüsesticks (Gurke, Tomate, Möhre) mit Dip(1,3,5,6,7,8)	Erdbeerkompott (1,6,7)
Donnerstag	veg.Lasagne mit Möhren, Sellerie, Tomaten, Broccoli (1,7,9)		Eisbergsalat mit Möhrenstreifen und Dressing (1,3,5,6,7,8)	Quarkspeise mit Passionsfrucht (1,6,7)
Freitag (Fisch)	Alaskaseelachsfilet "Pomodoro" mit Tomatensoße (1,4,6,7,9,10)	Vollkornreis	Möhrenapfelsalat mit Rosine, Nuss (8)	Obststück (wechsellnd)

Dip/Dressing

Allergenkennz	Allergene
1	1
2	3
3	4
4	5
5	6
6	7
7	8
8	10
9	11
10	12
11	
12	
13	
14	

1 glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse
2 Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
3 Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
4 Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse
5 Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
6 Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse
7 Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse
8 Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse
9 Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
10 Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
11 Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
12 Schwefeldioxid und Sulphite
13 Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
14 Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Speisenplan Martinschule II und III Winter

18.03. - 22.03.2024

	Essen		Beilagen	Salat/Gemüse	Dessert
2. Woche					
Montag	Röstitaler, überbacken mit Tomate/Mozzarella (7)	Röstitaler mit Apfelmark		Gemüsesticks (Rettich, Möhre, Kohlrabi) mit Dip (1,3,5,6,7,8)	Obststück (wechselnde Sorten)
Dienstag (Fleisch)	Nudeln in Tomatensoße mit Geflügeljagdwurst (1,7)		Vollkornnudeln (1)	Blattsalatmix mit Dressing (1,3,5,6,7,8)	
Mittwoch	Kartoffelgratin (1,3,7)	Gemüsefrikadelle 1,3		Weisskrautsalat mit Möhrenstiften	Kirschkompott (1,6,7)
Donnerstag	Chili sin Carne mit roten Bohnen, grünen Bohnen, Mais und Möhrenstiften (1,7)		Vollkornbrötchen (1,6,7,11 in Spuren)	Eisbergsalat mit Dressing (1,3,5,6,7,8)	Quarkspeise mit Himbeeren (1,6,7)
Freitag (Fisch)	Buntes Seelachs-Ragout mit Sellerie, Möhren, Broccoli (1,4,7)		Bio-Kartoffeln	Gemüsesticks (Paprika, Möhre, Gurke) mit Dip (1,3,5,6,7,8)	Obststück (Wechselnd)

Dip/Dressing

Allergenkennz	Allergene
1	glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse
2	Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
3	Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
4	Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse
5	Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
6	Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse
7	Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse
8	Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse
9	Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
10	Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
11	Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
12	Schwefeldioxid und Sulphite
13	Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
14	Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse