

Speiseplan

für die 3. Kalenderwoche

	Mo 16.01.2023	Di 17.01.2023	Mi 18.01.2023	Do 19.01.2023	Fr 20.01.2023	Sa 21.01.2023	So 22.01.2023
Menü 1	Vegetarische Tortellini mit Ricota-Spinatfüllung(10,13,15,Wz), drei Käse Soße(13) und Eisbergsalat mit Vinaigrette(16) ***nach DGE***	1Stk. Geflügelfrikadelle(10,15,Wz) mit Rahmkohlrabi(13) und Kartoffeln	Erbseintopf mit Kartoffeln, Sellerie, Karotten, Lauch(14) mit 1 Stk. Brötchen(15,Wz) ***nach DGE***	1Stk. Hähnchendino paniert(12,14,15,16,Wz) mit leichter BBQ- Soße (1,3,14) und Vollkornreis	1Stk. Nordmeerfilet paniert(10,12,13,15,17,Wz) mit Kartoffelwürfel(15,Wz) und leichter Remouladensoße(10,13,14,15,16,Wz,Ge) ***nach DGE***		
Menü 1 veg.		1Stk. Gemüsefrikadelle von Erbse und Karotte(10,14,15,Wz) mit Rahmkohlrabi(13) und Kartoffeln ***nach DGE***		1Stk. veggi Schnitzel paniert(10,13,15,Wz,Hf) mit leichter BBQ- Soße(1,3,14) und Vollkornreis ***nach DGE***	1Stk. Blumenkohlbratling(10,13,14,15,Wz) mit Kartoffelwürfel(15,Wz) und leichter Remouladensoße(10,13,14,15,16,Wz,Ge)		
Menü 2	1Stk. Polentatasche(13,15,Wz) mit Tomatensoße(14) und Gnocchi(15,Wz)	Gnocchipfanne mit Mais und Karotten(10,15,Wz) mit heller Basilikumsoße(13) und Reibkäse(13) ***Wunschgericht*** ***nach DGE***	1Stk. Spinat-Dinkelbratling(10,13,14,15,Wz,Di) mit Kräutersoße(13) und Kartoffeln	Grießbrei(13,15,Wz) mit kaltem Blaubeerkompott	Bandnudeln(15,Wz) mit Tomatensoße(14)		
Salat	Eisbergsalat mit grünem Dressing(16)	Endivie, Chinakohl-Karottensalat mit Joghurtdressing(10,13,16)	Gurkensticks mit Kräuterquark(13) ***nach DGE***	Chinakohlsalat mit Karotte und Paprika dazu Curry Dressing(10,13,14,15,16,Wz,Ge) ***nach DGE***	Eisbergsalat mit Möhrenstreifen und Joghurtdressing(10,13,16)		

Speiseplan

für die 3. Kalenderwoche

	Mo 16.01.2023	Di 17.01.2023	Mi 18.01.2023	Do 19.01.2023	Fr 20.01.2023	Sa 21.01.2023	So 22.01.2023
Dessert	Fruchtjoghurt im Becher(13)	FrISCHE Obstauswahl	Wackelpudding(8) ohne Gelatine	FrISCHE Obstauswahl	Mandelkuchen(10,13,15,20,Wz,Ma)		
Dessert Mehrweg GN- Einsatz	Fruchtjoghurt(13)		Mandarinenquark(13)				
Obst	Birne	Apfel ***nach DGE***	Clementine	Banane	Clementine ***nach DGE***		
Naturjoghurt	Naturjoghurt(13)	Naturjoghurt(13)	Naturjoghurt(13)	Naturjoghurt(13)	Naturjoghurt(13)		
Lactose & Glutenfrei	Pasta mit Käse Soße(13), Eisbergsalat mit grünem Dressing(16)	1Stk. Hähnchenbruststeak mit Rahmkohlrabi(13) und Kartoffeln	Erbseintopf mit Kartoffeln, Sellerie, Karotten, Lauch(14) mit 1 Stk. Reisbrot(23)	1Stk. Hähnchenstreifen "Natur" mit leichter BBQ- Soße(1,3,14) und Vollkornreis	1 Stk. Seelachs "Natur"(17) mit Erbsen und Möhrengemüse, Kartoffelwürfel		
Pizza Margherita			Pizza Margherita(13,15,Wz)		Pizza Margherita(13,15,Wz)		
Pizza des Monats			Pizza Gemüsegarten(13,15,Wz) Pizza mit Mozzarella, Broccoli, Tomaten, Zwiebeln und Paprika		Pizza Gemüsegarten(13,15,Wz) Pizza mit Mozzarella, Broccoli, Tomaten, Zwiebeln und Paprika		