



## Speiseplan Grundschule Großlohering



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

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Kokosmilch

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	3	14.01.19	15.01.19	16.01.19	17.01.19	18.01.19
	<b>Gericht 1 Vegetarisch</b>	Kartoffelsuppe dazu Vollkorn Baguette (A)	Pesto-Rosso* Vollkorn Spirelli mit Pesto- Rosso-Sahne-Soße (A,G) dazu Rucola, Cherrytomaten und Parmesan (G) *enthält Cashewnüsse	3 Glücks Sterne (Knusper-Sterchen mit Hokkaido-Kürbis und Tofu A,F) dazu Rosmarinkartoffeln und Kräuterquark (G)	4 vegetarische Bällis (A,F) mit Erbsen und Möhren in Béchamelsoße (A,G) dazu Parboiled Reis	Linseneintopf mit Minze und vegetarischen Würstchen dazu Vollkorn Fladenbrot (A,K)
	<b>Gericht 2 Fisch/Fleisch</b>	Kartoffelsuppe mit Geflügel Klößchen (A,C) dazu Baguette (A)	Pesto-Verde* Spirelli (A) in Pesto-Verde Sahne-Soße (G) dazu Rucola, Cherrytomaten und Parmesan (G) *enthält Pinienkerne	Seelachs in Krosspanade (A,D) dazu Rosmarinkartoffeln und Kräuterquark (G)	Königsberger Klopse (Rindfleisch) mit Béchamelsoße (A,G) und Parboiled Reis	-
	<b>Salatbar</b>	Tomaten + Gurken Blattsalat mit Dressing & Bananen & Früchtetea	Paprika + Kohlrabi Blattsalat mit Dressing & Äpfel	Möhren + Gurken Blattsalat mit Dressing & Ananas & Apfeltee	Tomaten + Paprika Blattsalat mit Dressing & Clementinen	Knabbergemüse & Obst & Hagebuttentee

**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