



Speiseplan Grundschule Rothestraße



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

Kokosmilch, Seelachswürfel, Geflügel-Klößchen und Baguette

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

| KW | 2 | 07.01.19 | 08.01.19 | 09.01.19 | 10.01.19 | 11.01.19 |
|------------------|----------------------|--|--|---|--|--|
| Gericht 1 | Vegetarisch | Gelbes Curry Tofu Indisches Kokos-Curry mit Chinakohl, Kohlrabi, Möhren und Tofu (F) dazu Parboiled Reis | 3 Gute Laune Sterne (A,F) mit Erbsen - Möhrengemüse, Bratkartoffeln und Dill-Dipp (G) | Milchreis (G) mit roter Grütze oder Zimt und Zucker | Kartoffelsuppe dazu Vollkorn Baguette (A) | Paprika, Zucchini und Möhren in fruchtiger Tomaten-Cassis-Soße dazu Vollkorn Nudeln (A) |
| Gericht 2 | Fisch/Fleisch | Gelbes Curry Seelachs Indisches Kokos-Curry mit Chinakohl, Kohlrabi, Möhren und Seelachswürfel (D) dazu Parboiled Reis | - | Kaiserschmarrn (A,G,C) mit Zimt und Zucker | Kartoffelsuppe mit Geflügel Klößchen (A,C) dazu Baguette (A) | - |
| Salatbar | | Bunte Salatmischung mit Dressing & Clementinen & Fencheltee | Bunte Salatmischung mit Dressing & Bananen | Bunte Salatmischung mit Dressing & Äpfel & Früchteteetee | Bunte Salatmischung mit Dressing & Ananas | 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