



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