

# SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 03. bis 07.10.2022  
Grundschule Rothestraße

KW 40	03.10.22	04.10.22	05.10.22	06.10.22	07.10.22
<b>Gericht 1</b> vegetarisch	Feiertag *****	Gemüse- Frikadelle dazu Bratkartoffeln und Sour Cream <sup>G</sup>	Linseneintopf dazu Vollkorn Fladenbrot <sup>A1,K</sup>	Gemüse Lasagne vegetarische Lasagne mit frischem Gemüse und Gouda überbacken <sup>A1,G</sup>	Rührei <sup>C</sup> mit Spinat und Petersilien- kartoffeln
<b>Gericht 2</b> Fisch / Fleisch	keine Mittagsverpflegung	Kutter-Frikadelle (Seelachs <sup>A1,D</sup> ) dazu Bratkartoffeln und Sour Cream <sup>G</sup>	Erbsencremesuppe <sup>G</sup> dazu Vollkorn Fladenbrot <sup>A1,K</sup>	Lasagne mit Rindfleisch und Gouda überbacken <sup>A1,G</sup>	
<b>Zusatz- angebot</b>		Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Quarkjoghurt <sup>G</sup> mit Waldbeer- Krunchy	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst
<p><b>Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:</b>                      Gemüse-Frikadelle, Kutter-Frikadelle, Bratkartoffeln und Fladenbrot                      Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)</p> <p style="text-align: right;">Änderungen vorbehalten</p>					

A1 = Weizen  
G = Milchprodukte

A2 = Dinkel  
J = Senf

A3 = Roggen  
E = Erdnüsse

H1 = Mandel  
K = Sesamsamen

H2 = Cashewkerne  
C = Eier

H3 = Pinienkerne  
F = Soja

D = Fisch  
I = Sellerie

Wir wünschen guten Appetit!