

# SPEISEPLAN



Speisenangebot vom 20. bis 24.03.2023  
Clara Grunwald Grundschule

KW 12	20.03.23	21.03.23	22.03.23	23.03.23	24.03.23
<b>Gericht 1</b> vegetarisch	Makkaroni in fruchtiger Tomatensoße mit gebratenem Gemüse und Parmesan <sup>G</sup>	Kichererbsen mit Kartoffeln in Currysoße dazu Reis	Linseneintopf mit Minze und vegetarischen Würstchen dazu Vollkorn Fladenbrot <sup>A1, K</sup>	3 Glücks Sterne (Sternchen mit Kürbis und Tofu <sup>A1,F</sup> ) dazu Kartoffelspalten, Sesam Möhren <sup>K</sup> und Kräuterquark <sup>G</sup>	Goldene Kartoffeln (mit Kurkuma) dazu Spinat und Rührei <sup>C</sup>
<b>Gericht 2</b> Fisch / Fleisch		Kichererbsen-Hack Eintopf mit Kartoffeln und Rinderhack in Currysoße dazu Reis	Linseneintopf mit Minze und Geflügelwiener dazu Vollkorn Fladenbrot <sup>A1, K</sup>	2 Fisch Happen (Seelachs <sup>A1,D</sup> ) dazu Kartoffelspalten, Sesam Möhren <sup>K</sup> und Kräuterquark <sup>G</sup>	
<b>Zusatz- angebot</b>	Schokopudding <sup>G</sup>	Obst	Obst / Rohkost	Obst	Bunter Salat

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

Rinderhack, Fladenbrot, Geflügelwiener, Fisch Happen und Kartoffelspalten  
Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

Änderungen vorbehalten

A1 = Weizen  
G = Milchprodukte

A2 = Dinkel  
J = Senf

A3 = Hafer  
E = Erdnüsse

H1 = Mandel  
K = Sesamsamen

H2 = Cashewkerne  
C = Eier

H3 = Pinienkerne  
F = Soja

D = Fisch  
I = Sellerie

Wir wünschen guten Appetit!