

SPEISEPLAN

Grundschule Rothestraße



KW 42	13.10.25	14.10.25	15.10.25	16.10.25	17.10.25
Gericht 1 vegetarisch	Ravioli Pizziaola ^{A1,G} in Tomaten-Cassis- Soße dazu Parmesan ^G	Gute Laune Sternchen ^{A1,J,F,K} mit Erbsen und Möhren in Béchamelsoße ^{A1,G} dazu Parboiled Reis	Chili sin carne vegetarisches Chili mit Paprika, Tomaten, Mais und Kidneybohnen dazu Rosmarinkartoffeln und Laugengebäck ^G	Gemüsegulasch mit Champignons, Paprika und Zucchini dazu Nudeln ^{A1}	Bratkartoffeln mit Spinat und Rührei ^C
Gericht 2 Fisch / Fleisch	Bunte Nudeln ^{A1,G} in Tomaten-Cassis- Soße dazu Parmesan ^G	Seelachs in Krosspanade ^{A1,D} mit Erbsen und Möhren in Béchamelsoße ^{A1,G} dazu Parboiled Reis		Rindergulasch mit Rindfleisch und Paprika dazu Nudeln ^{A1}	
Zusatz- angebot	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Quarkjoghurt mit Schoko Krunchy ^G	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst	Bunte Salatmischung mit Dressing & Obst
Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von: Seelachs in Krosspanade Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC) Änderungen vorbehalten					

A1 = Weizen
G = Milchprodukte

A2 = Hafer
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!

GESUNDE SCHULVERPFLEGUNG