









# SPEISEPLAN

für die Woche vom 08.05. - 14.05.23

GS „Stella Maris“

	Menü 1	Menü 2: vegetarisch	Nachtsch
MONTAG	<p>Gebratene Hähnchenbrust mit einer fruchtigen Orangen-Currysoße<sup>G</sup>, Kohlrabi-Möhrengemüse und Vollkornreis</p> 	<p>2 Gemüse-Gouda-Sticks<sup>A,A1,C,G,I</sup> mit einer fruchtigen Orangen-Currysoße<sup>G</sup>, Kohlrabi-Möhrengemüse und Vollkornreis</p> 	<p>Apfel</p>
DIENSTAG	<p>Hühner-Nudelsuppe<sup>A,A1,C,I</sup> mit buntem Gemüse, (Blumenkohl, Karotte, Bohnen, Erbsen) Mehrkornbrötchen<sup>A,A1,A2,A3,A4,K</sup></p> 	<p>Grüne Bohnen-Eintopf<sup>I</sup> mit Kartoffelwürfeln und Lauch, Mehrkornbrötchen<sup>A,A1,A2,A3,A4,K</sup></p> 	<p>Joghurt<sup>G</sup> vom Bio-Hof Dehlwes mit Heidelbeere</p>
MITTWOCH	<p><b>VeggieDay</b></p> <p>Karotten-Apfelsalat</p>  <p>Pfannkuchen<sup>A,A1,C,G</sup> mit selbstgemachtem Apfelmus<sup>3</sup></p>		<p>Birne</p>
DONNERSTAG	<p>Paniertes Seelachsfilet<sup>A,A1,D</sup> mit Rahmspinat<sup>G</sup> und Kartoffeln</p> 	<p><b>Bio-Pastinakentaler</b><sup>A,A1,A4,C</sup> mit Rahmspinat<sup>G</sup> und Kartoffeln</p> 	<p>Schokoladenpudding<sup>G</sup></p>
FREITAG		<p>Bunter Gemüsesalat, mariniert (Tomate, Gurke, Mais)</p>  <p>Sesam-Karottenstick<sup>A,A1,K</sup> mit Zucchini-Kräutersoße<sup>G</sup> und <b>Bio-Vollkornnudeln</b><sup>A,A1</sup></p>	<p>Joghurt<sup>G</sup> vom Bio-Hof Dehlwes mit Vanille</p>