

SPEISEPLAN

für die Woche vom 22.05. - 28.05.23

GS „Stella Maris“

Menü 1 **Menü 2: vegetarisch** **Nachtsch**

MONTAG

Bio-Vollkornspirellis^{A,A1}
mit fruchtiger Tomatensoße^I
und Schnibbelwurst^{2,3,10}



Bio-Vollkornspirellis^{A,A1}
mit fruchtiger Tomatensoße^I
und Hirtenkäse^G



Joghurt^G vom
Bio-Hof Dehlwes
mit Erdbeere

DIENSTAG

Rindfleischfrikadelle^{A,A1,C}
mit Blumenkohl,
Rahmsoße^G
und Kartoffeln



**Bio-Schwarzwurzel-
Tasche^{A,A1,G,K}**
mit Blumenkohl,
Rahmsoße^G
und Kartoffeln



„Obstkorb“

MITTWOCH

Bio-Möhreneintopf^I
(püriert)
mit Geflügel-Hackbällchen^{A,A1}
Kartoffelwürfel
und Kaiserbrötchen^{A,A1}



„Minestrone“
Italienischer Gemüseintopf^I
(Sellerie, Bohnen, Kartoffel)
mit Vollkornreis,
dazu Kaiserbrötchen^{A,A1}



Quark^G vom
Bio-Hof Dehlwes
mit Mandarine und Vanille

DONNERSTAG

Rote Bete Salat⁸
Knusper-Seelachs^{A,A1,D,G}
mit
Kräuter-Frischkäsefüllung,
Zitronen-Meerrettichsoße^G
und Kartoffeln



Rote Bete Salat⁸
**Bio-Karotten-
Vollkornrösti^{A,A1,A2,A4,C,G}**
mit
Zitronen-Meerrettichsoße^G
und Kartoffeln



Schokoladenpudding^G

FREITAG

VeggieDay
Tomaten-Maissalat
**Bio-Polenta
Knusperstutten^{C,G}**
mit **Bio-Kräuterdipp^G**



Joghurt^G vom
Bio-Hof Dehlwes
mit Pfirsich