









SPEISEPLAN

für die Woche vom 05.06. - 11.06.23

GS „Stella Maris“

	Menü 1	Menü 2: vegetarisch	Nachtsch
MONTAG	<p>Gebratene Hähnchenbrust mit einer fruchtigen Orangen-Currysoße^G, Kohlrabi-Möhrengemüse und Vollkornreis</p> 	<p>2 Gemüse-Gouda-Sticks^{A,A1,C,G,I} mit einer fruchtigen Orangen-Currysoße^G, Kohlrabi-Möhrengemüse und Vollkornreis</p> 	<p>Apfel</p>
DIENSTAG	<p>Hühner-Nudelsuppe^{A,A1,C,I} mit buntem Gemüse, (Blumenkohl, Karotte, Bohnen, Erbsen) Mehrkornbrötchen^{A,A1,A2,A3,A4,K}</p> 	<p>Grüne Bohnen-Eintopf^I mit Kartoffelwürfeln und Lauch, Mehrkornbrötchen^{A,A1,A2,A3,A4,K}</p> 	<p>Joghurt^G vom Bio-Hof Dehlwes mit Heidelbeere</p>
MITTWOCH	<p>VeggieDay</p> <p>Karotten-Apfelsalat</p>  <p>Pfannkuchen^{A,A1,C,G} mit selbstgemachtem Apfelmus³</p>		<p>Birne</p>
DONNERSTAG	<p>Paniertes Seelachsfilet^{A,A1,D} mit Rahmspinat^G und Kartoffeln</p> 	<p>Bio-Pastinakentaler^{A,A1,A4,C} mit Rahmspinat^G und Kartoffeln</p> 	<p>Schokoladenpudding^G</p>
FREITAG		<p>Bunter Gemüsesalat, mariniert (Tomate, Gurke, Mais)</p>  <p>Sesam-Karottenstick^{A,A1,K} mit Zucchini-Kräutersoße^G und Bio-Vollkornnudeln^{A,A1}</p>	<p>Joghurt^G vom Bio-Hof Dehlwes mit Vanille</p>