

SPEISEPLAN

für die Woche vom 11.09. - 17.09.23

GS „Stella Maris“

Menü 1 **Menü 2: vegetarisch** **Nachtisch**

MONTAG

Geflügel-Köttbullar^{A,A1,C}
mit Zucchini-Kräutersoße^G
und Reis



Gemüse-Köttbullar^C
mit Zucchini-Kräutersoße^G
und Reis



Joghurt^G vom
Bio-Hof Dehlwes
mit Cornflakes^{A,A1}

DIENSTAG

Putengulasch^{A,A1,A3,F}
mit Tomaten
und Paprikawürfeln,
dazu Spätzle^{A,A1,C}



**Bio-Schwarzwurzel-
Tasche**^{A,A1,G,K}
mit Erbsen und Rahmsauce^G,
dazu Spätzle^{A,A1,C}



„Obstkorb“

MITTWOCH

VeggieDay

Karotten-Apfelsalat
Pfannkuchen^{A,A1,C,G}
mit selbstgemachtem
Apfelmus³



Quark^G vom
Bio-Hof Dehlwes
mit Vanille

DONNERSTAG

Gurkensalat in Essig-Öl
Backfisch^{A,A1,D}
(Seelachs)
mit
Dillsauce^G und Kartoffeln



Blumenkohl-Käse-Stern^{A,A1,C,G}
mit
Dillsauce^G
und Kartoffeln



Schokoladenpudding^G

FREITAG

Tomaten-Kokossuppe^{I,G}
mit Reis und
Mehrkornbaguette^{A,A1,A2,A3}



Joghurt^G vom
Bio-Hof Dehlwes
mit Kirschpüree