



Speiseplan vom 31. 11 - 3.12.2020

Mo.: gefüllte Kartoffel_{Spinat, Käse} Kräuterjoghurt Dip,
Vollkornbrot, gem. Salat

Nachtisch: Obst und Nüsse



Di.: Kartoffel mit Grünkohl gestampft, Rührei

Nachtisch: Weihnachtsgebäck - Berliner Brot



Mi.: Lachs - Pizza mit Sauce Hollandaise,
gem. Salat

Nachtisch: Joghurt mit Vollkornmüsli



Do.: Putengyros, Tomatenreis_(Vollkorn), Tzaziki,
Krautsalat, Fladenbrot

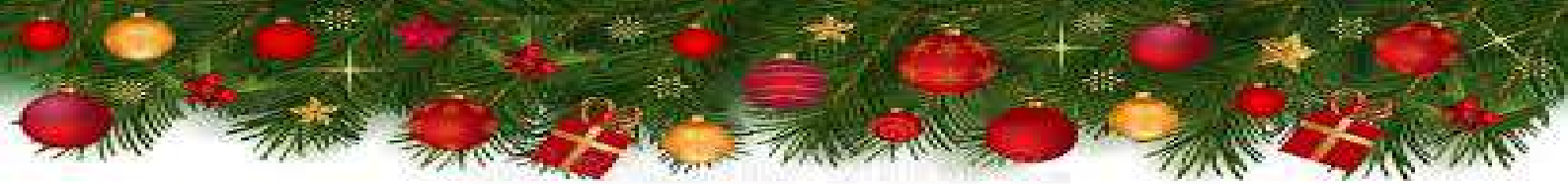
Nachtisch: Mandarinen



Tägliche Vorspeise: Gemüserohkost



Unser Speiseplan entspricht den Richtlinien der DGE für gesunde Schulernährung



Speiseplan vom 7.- 10. 12.2020

Mo.: Chili con Carne Hackfleisch_{halb& halb}, Rote Bohnen, Mais, Tomatensoße

Naturreis, gem. Salat

Nachtisch:  Nikolausteller + Weihnachtspunsch



Di.: Spaghetti Nudel- Pizza_{Vollkorn}, Kopfsalat

Nachtisch: Mohrenkopf - Joghurtdessert+ Überraschung



Mi.: Fächerkartoffel mit Buttersoße, Joghurt -Kräuterdip,

Feldsalat, frisches Kürbisbrot

Nachtisch: Bratapfel Dessert



Do.: Fischfrikadellen Kabeljau, Kartoffeln, Wirsing

Nachtisch: Obst und Nüsse


Täglich Vorspeise: Gemüserohkost



Unser Speiseplan entspricht den Richtlinien der DGE für gesunde Schulernährung



Speiseplan vom 14.-17. Dezember 2020

Mo.:  Wunschesse \rightarrow Dampfnudeln, Vanillesoße,
Nachtisch: Äpfel



Di.: Gemüseplatte: Erbsen+Möhren, Bohnen,
Blumenkohl, Champignons, Ananas,
Vollkornnudeln
Nachtisch: Obst und Nüsse



Mi.: Schinkenröllchen 3halb&halb, Püree, Gurkensalat
Nachtisch: Mandarinen



Do.: Linseneintopf Kartoffel, Lauch, Möhren Roggenvollkornbrot
Nachtisch:  Waffeln



*Wir wünschen Frohe Weihnachten und
alles Gute im Neuen Jahr*

Martina Eis & Marion Jung

