

451

Speiseplan Oktober 2024

Änderungen vorbehalten!

Der Preis für ein Mittagessen beträgt **5,40 €** für Oberschüler und besteht aus:
 1 Hauptkomponente an der Ausgabe + Gemüse, Soße, Beilage und Fit & Fun vom Free-Flow-Buffet + 1 Getränk

Tag	Datum	Hauptkomponente an der Ausgabe	Allergene	Komponenten	Gemüse & Soßen vom Buffet	Allergene	Komponenten	Beilagen vom Buffet	Allergene	Komponenten	Fit & Fun vom Buffet * wechselnde saisonale Obstauswahl	Allergene	Komponenten
Dienstag	1. Okt. 24	Rinder-Ragout (Rindfleisch, Kürbis, Tomate, Zwiebel) Linsendal	a	G	Blumenkohl Sauerkraut Bratensoße		VB	Spätzle Kartoffeln Bulgur	a	V	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Mittwoch	2. Okt. 24	Nudel-Tomaten-Auflauf mit Lachs Gemüse-Knusperbagel	a d g	F	Brokkoli Paprika-Rahm-Soße grüne Kräutersoße		VB	Nudeln Ofenkartoffeln Zartweizen	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Donnerstag	3. Okt. 24	Tag der deutschen Einheit											
Freitag	4. Okt. 24	Tag der deutschen Einheit											
Montag	7. Okt. 24	Erbisen-Gemüse-Potpourri Gemüse-Frikadelle	a	V	Kohlrabistreifen Lauchrahmgemüse Tomatensoße		VB	Pasta Kartoffel-Möhren-Stampf Reis	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Dienstag	8. Okt. 24	Hähnchenbrust Kartoffel-Gemüse-Käse-Auflauf (Grünkern, Wurzelgemüse, Zwiebel, Tomate, Kartoffelpüree, Käse)	a c g	G	Mais Pilzsoße Bratensoße		VB	Vollkorn-Spirelli Backkartoffeln Graupenisotto	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Mittwoch	9. Okt. 24	Milchreis Grünkohl-Getreide-Bällchen	g	V	Erbisen Kirschragout Kräutersoße		VB	Nudeln Gemüse-Zartweizen Apfelmus	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Donnerstag	10. Okt. 24	Backfisch Grünkern-Gemüse-Ragout	a d g	F	Möhren Gemüwestreifen in Soße Meerrettich-Senf-Soße		VB	Penne Kartoffeln Risi Bisi	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Freitag	11. Okt. 24	Karotten-Knusper-Stick Ratatouillegemüse	a c g	V	Paprika-Kichererbsen Mischgemüse in heller Soße Tomaten-Sahne-Soße		VB	Nudeln Kartoffelröstis Vollkornreis	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Montag	14. Okt. 24	Veg. Gyrospanne (Veg. Gyros, Zwiebel, Paprika) Gebackener Kürbis mit Honig	a g	V	Kirschtomaten mit Schluppen Balkan-Tomatensoße Joghurt-Dip		V	Farfalle griech. Kartoffeln roter Reis	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Dienstag	15. Okt. 24	Rindergeschnetzeltes (Rindfleischwürfel, Zwiebel, Champignon) Vegetarische Köttbullar	a g	R	Kürbis mit Paprika Pilze in Bechamelsauce Preiselbeerrahmsoße		VB	Spirelli Kartoffelpüree Reis	a	VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Mittwoch	16. Okt. 24	2 gekochte Eier Gemüsespieß	c	V	Babykarotten Gemüse in Senfsoße Aioli-Dip		VB	Makkaroni Petersilienkartoffeln Bulgur	a	V	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Donnerstag	17. Okt. 24	Paniertes Fischfilet Veg. Schnitzel "natur"	a d g	F	Ratatouille Gemüse-Käse-Soße Spinatsoße		VB	Nudeln Salzkartoffeln bunter Couscous	a	V	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V
Freitag	18. Okt. 24	Veg. Wurstgulasch Gemüse in heller Soße (Blumenkohl, Brokkoli, Mais, Möhre Rustika)	a g	V	mex. Bohnenmix pikante Currysoße mit Gemüse Tomatensoße		VB	Spiralen Reis Zartweizen	a	V	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a	c g V

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe				Allergen-Kennzeichnung						Lebensmittelinhaltsstoffe		BIO
1 mit Farbstoff	7 gewachst	a Weizen	glutenhaltige Getreide (-Ereuznisse)	c Eier	(-Ereuznisse)	i Sellerie	(-Ereuznisse)	R Rindfleisch	RB			
2 mit Konservierungsstoff	8 mit Phosphat	ab Roggen		d Fisch	(-Ereuznisse)	j Senf	(-Ereuznisse)	S Schweinefleisch	SB			
3 mit Antioxidationsmittel	13 mit Chinin	ac Gerste		r Erdnüsse	(-Ereuznisse)	k Sesam	(-Ereuznisse)	G Geflügel	GB			
5 geschwefelt	14 mit Koffein	ad Hafer		f Soja	(-Ereuznisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite	>10 mg /kg	F Fisch	FB			
6 geschwärzt	12 mit Zuckeraustauschstoffen	ae Dinkel		g Milch	(-Ereuznisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen	(-Ereuznisse)	V vegetarisch	VB			
= DGE	= BIO DE-ÖKO-044	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten						vegan				