

# SPEISEPLAN REGELSCHULE



MONA : Oktober 2021

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1.10.21	I					<b>Putenbraten</b> mit Erbsengemüse, Soße und Kartoffelpüree a1,F,G,I,J
	II					<b>Fischburger</b> Petersiliensoße, Kartoffelpüree, Bohnensalat a1,C,F,G,I
4.10.21 bis 8.10.21	I	<b>Erbseneintopf</b> mit Kasselerfleisch, Kartoffelwürfel, Vollkornbrot, Quarkspeise 9,a1,F,I	<b>Vegetarische Bolognese</b> mit Spaghetti und Chinakohl-salat, Dressing G,C,F,I	<b>Bratwurst</b> auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree, dazu Senf/Ketchup a1,F,G,I,J,4	<b>Kräuterquark</b> mit Salzkartoffeln, dazu Obst G,F,J	<b>gedünsteter Seelachs</b> in Dillsoße mit Salzkartoffeln, Karottenrohkost 5,a1,C,F,G,I
	II	<b>Spätzle/Pilzpfanne</b> mit Rahmsauce, dazu Quarkspeise a1,C,F,G,I	<b>gedünstetes Putenfilet</b> mit Rahmsauce, dazu Pariser Karotten, Kartoffeln, Obst a1,I,F	<b>Reissuppe mit Eierstich</b> Gemüse- und Reiseinlage, dazu Brötchen und Obstsalat a1,C,F,G,I	<b>Paprikarahmschnitzel</b> mit Paprikarahmsauce, dazu Reis, Famersalat a1,C,F,G,I	<b>Gehacktesoße</b> Champignons, Gabelspaghetti und Gurkensalat a1,F,G,I
11.10.21 bis 15.10.21	I	<b>Frischer Möhreintopf</b> mit Petersilie, Kartoffeln, Sellerie Lauch, Brötchen, Joghurt a1,F,G	<b>Brokkoli</b> mit Käsesahnesauce, dazu Obstsalat a1,I,F,C	<b>Putenschnitzel</b> mit Soße und Schwarzwurzeln, dazu Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,10	<b>Deftiger Wurstgulasch</b> Vollkornnudeln, dazu Eisbergsalat mit Sahnedressing a1,G,F,I	<b>Seelachs paniert</b> Petersiliensoße, Kartoffeln, dazu Gurkensalat a1,F,G,I,J,C
	II	<b>Hühnerfrikassee</b> mit holländ. Soße, Karotten, Mais Erbsen, Naturreis, Joghurt a1,I,F,G	<b>Putenrahmgeschneitzeltes</b> mit Hausmacher Spätzle, dazu Rohkostsalat a1,F,G,I	<b>Vanillereisbrei</b> mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus a1,G	<b>2 gekochte Eier</b> mit Senfsauce und Kartoffeln, dazu Rote Beete Salat a1,10,F,G,I	<b>Hähnchenbrust natur</b> mit Geflügelsoße, Leipziger Allerlei, Kartoffeln a1,F,G,I,10
18.10.21 bis 22.10.21	I	<b>Reiseintopf mit Rindfleisch</b> und frischem Gemüse, dazu Roggenbrötchen, Pudding a1,I,F,G	<b>Eieromelett</b> auf Rahmspinat mit Salzkartoffeln dazu Obst a1,F,G	<b>Vollkornnudeln</b> mit Tomatensoße, dazu Chinakohl mit Saure-Sahne-Dressing a1,G,I,J	<b>Königsberger Klopse(Schwein)</b> Möhren-Kohlrabi-Gemüse und Kartoffeln, dazu Obst F,G,I,J,10	<b>Seelachs natur</b> Senfsauce und Naturreis, dazu Kartottensalat a1,F,I
	II	<b>Schupfnudel-Gemüsepfanne</b> Kräuter, Möhren, Brokkoli, Zuckerschoten, Rahmsauce, Pudding a1,L,F,G,J	<b>Bolognese-Fleisch-Soße(Schwein)</b> mit Spaghetti, Parmesankäse, dazu Obst a1,F,G,I	<b>Chinapfanne</b> Hähnchenbruststreifen auf süß-saurem Gemüse, dazu Risotto F,I,J	<b>Grießbrei</b> mit Zucker und Zimt, dazu Pfirsichkompott a1,G	<b>Gebratener Fleischkäse</b> mit Soße, Bohnengemüse, Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J
25.10.21 bis 29.10.21		<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>
		<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>

- 1) mit Farbstoff
- 2) mit Konservierungsstoff
- 3) mit Geschmacksverstärker
- 4) mit Phosphat

- 5) mit Süßungsmittel
- 6) mit Antioxidationsmitteln
- 7) gewachst
- 8) kann Gräten enthalten

- 9) mit Nitritpökelsalz
- 10) gebunden mit Johanniskernmehl oder Quarkmehl

**Allergene:**

A= Gluten  
a1= Weizen  
a2= Roggen  
a3= Gerste  
a4= Hafer

B= Krebstiere  
C= Eier  
D= Fisch  
E= Erdnüsse  
F= Soja

G= lactose  
h1= Mandeln  
h2= Haselnüsse  
h3= Wallnüsse  
h4= Kaschunüsse

h5= Pecannüsse  
h6= Paranüsse  
h7= Pistazien  
h8= Macadamia  
I= Sellerie

J= Senf  
K= Sesamsamen  
L= Schwefeldioxid  
M= Lupinen  
N= Weichtiere  
X= kann Spuren von Allergenen enthalten

**Hotline für Zu- und Abbestellungen : Tel. 03621 / 5144612 o. 613 Fax 03621/ 5144629**