



Schulzentrum Rosenfeld

Speisekarte

vom 07.10. bis 13.10.2024 (KW 41-2024)

Herbstwochen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Salatteller <i>Vegetarisch</i>		Salatteller (Blatt-, Karotten-, Gurken-, und Kartoffelsalat, Tomate, Joghurtdressing (5,C,G,P))		Salatteller (Blatt-, Karotten-, Gurken-, und Kartoffelsalat, Tomate, Joghurtdressing (5,C,G,P))			
Menülinie 1 *	Kürbis-Kichererbsenragout mit Spinat (C) dazu Eisbergsalat mit hausgem. Joghurtdressing (5,C,G,P)	Hamburger (Brötchen, mit Rinderhacksteak, Burgersauce, Tomate, Gurke, Eisbergsalat) (Aa,B,G,O,9) dazu Blattsalat mit hausgem. Joghurtdressing (5,C,G,P)	Kabeljau (E) mit Sahnesauce (C) dazu Bio-Erbesen	Mediterranes Ofengemüse (Zucchini, Paprika und Kirschtomaten) mit Kräuterquark (C) dazu Gurkensalat in Essig-Öl Dressing (3,5,G,P)			
empfohlene Beilage *	Vollkornreis		Butterkartoffeln (C)	Quinoa			
Menülinie 2 <i>Vegetarisch</i>		Kartoffelsuppe (C,D) mit gerösteten Walnüssen (Fc) ***** Pfannkuchen (Aa,B,C) mit Bio- Apfelmus (3)	Vollkornnudeln mit Herbst Gemüse (Aa) dazu Rote-Bete- Apfelsalat (G)				
Menülinie 3 <i>Fleisch/Fisch</i>	Hähnchenschnitzel an Geflügelrahmsauce (5,C) dazu Brokkoli			Schwäbische Linsen (Aa,D,5) mit Saitenwürstle (Geflügel) (G,D,2,3,8)			
Beilagen (wahlweise)	Bio-Penne (Aa) Vollkornreis		Butterkartoffeln (C) Bio-Gabelspaghetti (Aa)	Bio-Spätzle (Aa,B) Quinoa			
Dessert *	Joghurt-Quarkcreme mit Aprikosen (C)	Bio-Obst	Zitronenjoghurt (C) mit gerösteten Haferflocken (Ad)	Heidelbeerjoghurt (C)			

