

Speiseplan Anna Freud Schule Februar 2018



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
05.02.-09.02.2018	A	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln (a,i), Vollkornbrötchen (a,e,h)	Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren (a,c,g,i), Vollkorn-Spiralen (a), Eisberg-Tomatensalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Rote Paprikaschote mit Hackfleischfüllung [S] (a,c), Naturreis, Gurkensalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), Tomatenkräutersoße (i)	Heure kein Essen, Kölle Alaaf	Heure kein Essen, Kölle Alaaf
	B	veg. Kartoffelgemüsetaler mit Haferflockenpanade (a,c), Kartoffelgratin (a,g,i), bunter Salat	Vollkorn-Pennenudeln (a), vegetarische Bolognesesoße (a,i), Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), geriebener Hartkäse [1,2](g)	Grünkerngemüsebratung (a,c,g,i), gegrilltes Gemüse "Mediterran", Kräuterquark (g)		
	C	gew. Hähnchenfleisch in milder Tomatensoße (a), Naturreis, Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	Fit Pizza Thunfisch-Zwiebel (a,d,g), Gurken-Tomatensalat mit Italien Dressing (i)	Reibekuchen "Hausfrauen Art" (c), Apfelmark		
12.02.-16.02.2018	A	Heure kein Essen, Kölle Alaaf	Heure kein Essen, Kölle Alaaf	Hähnchenbrustfilet 'Piccata' (a,g), Röstkartoffeln, Blumenkohl in Soße (a,g,i), Obst	veg. Tortelloni-Gratin in Gouda-, Cheddar-, Pecorinosoße, Gemüse, (a,c,g,i), Gurkensalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	
	B			Milchreis (g), Apfelmark, Zimt und zucker, Obst	Gabelspaghetti (a,c), Soße "Balkan Art" (Tomatensoße, Paprika, Essiggurke) (a,i), geriebener Hartkäse [1,2](g), Tomatenkräutersoße (i)	veg. asiatische Mienudelpfanne mit Gemüse und Ei (a,c,f,g,i), Salat/Rohkost
	C			Kartoffel-Blumenkohlaufguss mit Geflügelhackbällchen und Gouda (a,g,i), Obst	veg. Steckerfüßchen mit Sahne (g,i), Vollkornbrötchen (a,e,h)	Geflügel Kebab aus geschnittener Putenbrust, Kräuterquark (g,i), Fladenbrot aus dem Steinofen (a), Salat
19.02.-23.02.2018	A	Vollkornspirelli (a), Veg. Bolognese (a,i), Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	Hackfleischvariationen (a,g,i), Salzkartoffeln, Gemüse, Obst	Panierte Fischstäbchen (a,d), Dillrahmsauce (a,g,i), Naturreis, Salat / Rohkost	Hähnchenrahmgulasch (g,i,j), Kartoffeln, Kaisergemüse "naturell", Obst	
	B	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf mit Möhren in heller Soße gebacken (a,g,i)	Röstvariationen (a,g,i), Kräuterquark (g,i), Rohkost, Obst	Fitpizza Margherita (a,g,i)	Kartoffeln mit Schale, Kräuterquark (g), Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Frühlingsrolle Shoo Van (a,c,f), Naturreis, Asiatische Gemüsesoße "süß-sauer"
	C	Mini-Geflügelbällchen in Tomaten-Gemüsesoße (a,j), Kartoffelkroketten, Eisberg-Tomatensalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	Linsensuppe (veg.) (i), Vollkornbrötchen (a,e,h), Obst	Soße "Gärtnerin" mit Gemüse und Sauerrahm (g,i), Naturreis, bunter Salat	Schnitzel [S] mit Röstzwiebelpanade (a), Eierspätzle (a,c), Bratensoße [R](i,i), Buttergemüse (g)	Nudel-Auflauf (Thunfisch-Tomatensoße, Sahne, Käse) (a,c,d,g,i)
26.02.-02.03.2018	A	Schweinelachsschnitzel paniert (a), Buttergemüse (g), Spiralen (a,c), obst	Rindsbratwürstchen [R,3], Kartoffelpüree (g), Rotkohl, Senf mittelscharf (j)	Reis-Gemüse-Pfanne mit unpanierten Fischnuggets, Curry (d,i,j), Senfsoße (a,g,i,j)	veg. Kartoffelsuppe mit Gemüse (i), Vollkornbrötchen (a,e,h)	
	B	veg. Spätzle-Gemüse-Pfanne (a,c,i)	veg. Kartoffel-Möhren-Eintopf (i), Vollkornbrötchen (a,e,h)	Dinkelpfannkuchen mit weißer Schokolade gefüllt (a,c,f,g), Apfelmark, Obst	veg. grüne Tortelloni mit Gemüsefüllung (a,c,g,i), Rohkost, Tomatensoße (a,g,i)	Fit Pizza Salami-Paprika [R](a,g), 0
	C	Chicken-Nuggets (Hähnchenbrust geformt) (a), Stampfkartoffeln (g), bunter Salat, Tomatenkräutersoße (i)	Hähnchenvariationen (a,g,i), in Soße, Naturreis, Gemüse	Fusilli (a), Tomaten-Mozzarella Soße (g), Gurkensalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), geriebener Hartkäse [1,2](g)	Seelachsstücke in Curryfruchtsoße mit Möhren, Zucchini, Blumenkohl mit Sauerrahm und Kokosmilch (d,g,i), Salzkartoffeln, Salat	Hühnerfrikassee (a,g,i), Naturreis, Markerbsen mittelfein

Zusatzstoffe und Allergene laut separatem Aushang.

Rindfleisch [R], Geflügelfleisch [G], Schweinefleisch [S]

Änderungen vorbehalten!