

Speiseplan für April 2018

Anna Freud Schule



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
16.04.-20.04.2018	A	Rinderfrikadelle (a,c), Stampkartoffeln (g), Möhren "naturell" , Bratensoße [R](i,j)	Tomaten-Reis-Eintopf mit Hackbällchen [R](a,i), Vollkornbrötchen (a,e,h), Obst	Seelachs "Mediterran" mit Grilloptik (d,f), Gemüse-Mix "Ampel", Naturreis, helle Cremesoße (a,g,i)	geschn. Geflügelbratwurst in milder Curry-Tomatensoße (j), Kartoffelspalten mit Schale, Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	
	B	veg. Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße (a,c), Eisberg-Tomatensalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	Pastinaken-Kartoffel-Plätzchen (a,c,g), Couscous (a), veg. Käsesoße (a,g,i), bunter Salat	veg. Lasagne mit Gemüse in Tomatensoße (a,g,i)	Kartoffeln , Kräuterquark (g), Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" (a,c), Kartoffelwedges mit Schale, Rohkost, Tomatenketchup (i)
	C	Fit Pizza Salami-Paprika [R](a,g), Salat	Geflügelbällchen in Rahmsoße (a,g,i,j), Vollkorn-Pennenudeln (a), Wachsbruchbohnsalat mit Italien Dressing [3](i), Obst	Lahmacun [R,1](a,f), Kräuterquark (g,i), Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	Kartoffel-Hackauflauf "Orientalische Art" (Kartoffeln, Aubergine, Zucchini, Tomatensoße,Rinderhack)(a,g) , Obst	Chicken "Korma" Hähnchenbrusthappen in scharfer Currysoße (g,j), Fusilli 'Integrale' (a), Rohkost
23.04.-27.04.2018	A	Vollkornspirelli (a), Veg. Bolognese (a,i), Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	Hähnchenbrustfilet 'Piccata' (a,g), veg. hellbraune Soße (a,g,i), Langkornreis, Beilagensalat	Panierte Fischstäbchen (a,d), Dillrahmsoße (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)	veg. Tortelloni (Ricotta, Gemüse) in Tomatensoße (a,c,g,i), Beilagensalat	Fitpizza Margherita (a,g,i), geriebener Gouda [1](g), Salat / Rohkost	Kartoffeln , Kräuterquark (g), Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g), Obst	veg. pan. Gemüsenuggets (a,c,g,i,k), 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,j), Buttergemüse (g)	Nudel-Auflauf(Thunfisch-Tomatensoße, Sahne,Käse) (a,c,d,g,i)
30.04.-04.05.2018	A	Reis-Gemüse-Pfanne mit unpanierten Fischnuggets, Curry (d,i,j), Senfsoße (a,g,i,j) , obst	Feiertag	Chicken-Nuggets (Hähnchenbrust geformt) (a), Stampkartoffeln (g), Salat , Tomatenkräutersoße (i)	veg. Kartoffelsuppe mit Gemüse (i), Vollkornbrötchen (a,e,h)	
	B	veg. Spätzle-Gemüse-Pfanne (a,c,i) , obst	Heute kein Essen	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)	Paprikaschote gelb gefüllt mit Couscous (a), Naturreis, Tomatenkräutersoße (i)
	C	Hähnchenbrustfilet 'Piccata' (a,g), Buttergemüse (g), Spiralen (a,c), obst		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, eh	Hühnerfrikassee (a,g,i), Naturreis, Markerbsen mittelfein

Zusatzstoffe und Allergene laut separatem Aushang.

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

Änderungen vorbehalten!

