

# Musterspeiseplan für Grundschulen



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Gemüsesuppe (a,i)  Milchreis mit *Bio - Apfelmus und Zimt-Zucker (g,n)	Rahmgeschnetztes vom Rind mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree (a,g,n)	Gemüseallerlei in einer cremigen Tomatensauce auf Penne (a,f,g,n)	Frikassè vom Huhn mit Karotten und Erbsen, dazu *Bio* Reis (3,a,g,n)	gebackener Rotbarsch mit Joghurtremoulade und Kartoffeln,dazu Zitrone und Gurkensalat (1,3,a,c,d,g,k,n)
	Frisches Obst der Saison 532 kcal	Karottensalat (3) 372 kcal	Mandarinenquark(g,n) 543 kcal	Gemüsesticks mit Dip (g,n) 495 kcal	Erdbeer- Vanillejoghurt(g,n) 631 kcal
<b>Menü 2</b>	Gemüse Eintopf mit einer Scheibe Brot (a,i)	*Bio - Vollkornspirelli mit Tomaten-Oliven- Champignonsauce (3,5,6,23,a)	Seelachs-Spinatauflauf auf einer Rahmsauce, dazu Reis (1,a,d,g,i,n)	Schweineschnitzel auf Rahmkohlrabi mit Kartoffeln (a,g,n)	Nudelaufauf auf Kräuter- Tomatensauce, dazu Gurkensalat (1,3,5,23,a,g,n)
	Frisches Obst der Saison 219 kcal	Karottensalat (3) 564 kcal	Mandarinenquark(g,n) 589 kcal	Gemüsesticks mit Dip (g,n) 365 kcal	Erdbeer- Vanillejoghurt(g,n) 606 kcal

1 - mit Farbstoff  
2 - mit Pökelsalz  
a - glutenhaltiges Getreide  
f - mit Soja  
k - mit Senf Saat

\* Biozutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

3 - mit Antioxidationsmittel  
4 - mit Geschmacksverstärker  
b - Krebstiere  
g - mit Milch  
m - mit Lupinen

5 - geschwefelt  
6 - geschwärzt  
c - mit Eier  
h - mit Hülsenfrüchten  
n - Laktose

7 - mit Phosphat  
8 - mit Süßstoff  
d - mit Fisch  
i - mit Sellerie

Änderungen vorbehalten!  
9 - gewachst  
10 - gentechnisch verändert  
e - mit Nüssen / Erdnüssen  
j - mit Sesam