

Speiseplan Januar 2023 GS Großschwabhausen

Montag, 02.01.2022	Dienstag, 03.01.2023	Mittwoch, 04.01.2023	Donnerstag, 05.01.2023	Freitag, 06.01.2023
Hähnchen Cordon bleu mit Gartengemüse und Kartoffelbrei (a,d,d1,g,6)	Frühlingsrolle gefüllt mit Hähnchen Sprossen ,Karotten dazu Reis und süß/sauer Soße (d1 i 7 8 9)	Gemüse-Knusperbagel mit Sc. Hollandaise und Kartoffelbrei (a,d1, 7, 8, 9)	Chickenburger (Weizenbrötchen, Salat, Remoulade, Hähnchen) + Fruchtquark (a,d1,g,7,8,9)	Hefeklöße mit Heidelbeeren (d1,g,9)
Nur Hortversorgung		Hackeklößchen mit Mischgemüse und Kartoffelbrei (d1,g, 7)	Linsensuppe mit Rauchfleisch, Kartoffelwürfeln und Brot (d1,h,g,i4,6,9) +Fruchtquark	Fisch-Nuggets mit Senfsoße und Salzkartoffeln (c,d1,j,4,7)
Montag, 09.01.2023	Dienstag, 10.01.2023	Mittwoch, 11.01.2023	Donnerstag, 12.01.2023	Freitag, 13.01.2023
Spirelli mit Tomatensoße und Reibekäse (d1,g,9)	Schwarzwurzel-Knusper-Ecken mit Tomatenragout und Reis +Joghurt (a,d1,i,7,8,9)	Tomaten-Hackfleisch-Lasagne mit Bechamelsoße a,d1,g,7,9	Schweineschnitzel mit Soße, Erbsengemüse und Kartoffeln (a,d1)	Milchreis mit heißen Pflaumen und Zucker/Zimt (g,9)
Hühnerfrikassee dazu bunter Gemüserreis (d1,i)	Reissuppe mit buntem Gemüse und Hühnerfleisch, dazu Brot + Joghurt (d1, i, 9)	Vegetarische Gemüse/Pilzpflanne mit Kräutersoße und Eierspätzle (a,d,d1,i)	„Gemüse-Curry“ (Tomaten, Blumenkohl, Paprika, Mais, Bohnen)Kartoffelstampf (b,i,k,l,8,9)	Fischwürfel in leichter Senfsoße, Kartoffelbrei c,d1,g,m
Montag, 16.01.2023	Dienstag, 17.01.2023	Mittwoch, 18.01.2023	Donnerstag, 19.01.2023	Freitag, 20.01.2023
Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln (a,d1,g,4)	deftiger Erbseneintopf mit Wiener Würstchen und Brot +Puddingdessert (d1,g,i,9)	Geflügelbratwurst mit Möhrenrahm und Kartoffeln (d,d1,7)	Rindfleischsuppe mit Kartoffeln und Gartengemüse dazu Brot (i, 7,8,9)	Eierkuchen mit hausg. Apfelkompott und Puderzucker a,d1,g,8,9
Spaghetti Bolognese mit Reibekäse (d1,g)	Blumenkohl-Käse Medaillons mit Kräutersoße und Reis + Puddingdessert (a,d1,g,7,9)	Putenpfanne „exotisch“(mit Ananas, Curry), Reis (d1,7,9)	Fischstäbchen mit Kartoffelbrei und Zitronen-Buttersoße a,c,d1,g	hausg. Kräuterquark mit Gurkenstreifen und Petersilienkartoffeln (g,9)
Montag, 23.01.2023	Dienstag, 24.01.2023	Mittwoch, 25.01.2023	Donnerstag, 26.01.2023	Freitag, 27.01.2023
Eierragout mit Gemüsestreifen in Senf-Dillsoße und Reis (a,d1,j,.)	Kartoffelsuppe mit Bockwurstscheiben dazu Brot + Kompott (d1,g,6,7,8)	Schweinebraten, Soße mit Mischgemüse und Kartoffeln (d1,i,4,8)	Bohnenuppe mit Kartoffelwürfeln und Rindfleischeinlage dazu Brot d1,	knusprige Hähnchennuggets mit Geflügelsoße, Salatbeilage Kartoffelbrei+ Quarkdessert (d1,7,8)
Wurstgulasch mit Tomatensoße und Spirelli (d1,6,7,9)	Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen mit Frischkäse-Kräutersoße und Reis + Kompott (a,d4,g,i)	Italienische Gemüsepfanne (Zucchini,Aubergine,Tomate,Olive) mit Basilikum/Tomatensoße und Weizenebly (d,d1.)	American Pancakes, Apfelmus und Zucker (a,d1,g,9)	gedünsteter Seelachs, Kräutersoße, Kartoffelbrei (c,d1,g,m)+ Quarkdessert
Montag, 30.01.2023	Dienstag, 31.01.2023			
Putengeschnetzeltes mit buntem Gemüse und Soße dazu Reis (d1,g)	Kohlrabi-Möhren Eintopf, dazu Brot Pfirsichkompott (d1,6,9)			
Rigatoni mit ital. Tomatensoße und Gemüsebällchen (d1,g,j,7,9)	Cevapcici (Rinderhack) mit Letschogemüse und Kartoffelbrei Pfirsichkompott (g,j,7,9)			

Trinkwasser und eine Vitaminecke(Obst/Gemüse), stehen jedem Essenteilnehmer*in, täglich und kostenfrei zur Verfügung

Bitte beachten Sie, dass wir Zu- oder Abbestellung für den jeweiligen Tag bis 08:00 Uhr berücksichtigen können.

Rückgabe des Speiseplan BIS 21.12.2022

Folgende Inhaltsstoffe können in geringen Anteilen in den Speisen vorhanden sein

Zusatzstoffe: 1)mit Farbstoff 2)mit Geschmacksverstärker 3)Aroma 4)geschwefelt 5)gewachst 6)mit Nitratsalz 7)mit Konservierungsstoffen 8)Antioxidationsmittel 9)Süßungsmittel

Allergene: a) Eier b)Erdnüsse c)Fisch d)glutenhaltiges Getreide d1 Weizen, d2Roggen,d3 Gerste,d4 Dinkel e)Krebstiere f)Lupinie g)Milch h)Schalenfrüchte i)Sellerie j)Senf k)Sesamsamen l)Soja m)Schwefeldioxid und Sulfit n)Weichtiere