

**Speiseplan Oktober 2023 GS-RS Magdala**

Montag, 02.10.2023	Dienstag, 03.10.2023	Mittwoch, 04.10.2023	Donnerstag, 05.10.2023	Freitag, 06.10.2023
<b>Herbstferien- nur Hortversorgung während der Öffnungszeiten !! Bitte beachten Sie die Schließzeiten Ihres jeweiligen Ferienhortes</b>				
Gyrosgeschnetzeltes mit Tomatenreis und Tzaziki (d1,j,g,9) <input type="checkbox"/>	<b>keine Speiseversorgung 03.10. Feiertag</b>	veg. Kohlroulade mit Soße und Semmelknödeln (a,d1,l,7) <input type="checkbox"/>	klare Gemüsebrühe mit Gemüseeinlage und veg. gefüllten Maultaschen, Brot (a,d1,i,g,9) <input type="checkbox"/>	Kräuter-Gurken-Quark mit Salzkartoffeln (g,4,9) <input type="checkbox"/>
Montag, 09.10.2023	Dienstag, 10.10.2023	Mittwoch, 11.10.2023	Donnerstag, 12.10.2023	Freitag, 13.10.2023
<b>Herbstferien- nur Hortversorgung während der Öffnungszeiten !! Bitte beachten Sie die Schließzeiten Ihres jeweiligen Ferienhortes</b>				
Chili con carne mit Hackfleisch, Kidneybohnen, Mais dazu Reis (d1,i, 9) <input type="checkbox"/>	hausgemachte Soljanka, saure Sahne und Brot Grütze m. Vanillesoße (1,9,d1,g) <input type="checkbox"/>	Gemüse-Knusperschnitzel mit Kräutersoße, Kartoffelstampf (4,7,9,a,d1) <input type="checkbox"/>	Bratwurstschnecke mit Kartoffelsalat(hausgem.), Senf und saurer Gurke (g,j,4,7,8,9) <input type="checkbox"/>	Panierter Seelachs mit Dill-Senfsoße und Reis (a,b,c,d1,j) <input type="checkbox"/>
Montag, 16.10.2023	Dienstag, 17.10.2023	Mittwoch, 18.10.2023	Donnerstag, 19.10.2023	Freitag, 20.10.2023
Spirelli mit Tomatensoße und Reibekäse (d1,g,9) <input type="checkbox"/>	Schwarzwurzel-Knusper-Ecken mit Tomatenragout und Reis +Joghurt (a,d1,i,7,8,9) <input type="checkbox"/>	Tomaten-Hackfleisch-Lasagne mit Bechamelsoße a,d1,g,7,9 <input type="checkbox"/>	Putenschnitzel mit Soße, Erbsengemüse und Kartoffeln (a,d1) <input type="checkbox"/>	Milchreis mit Apfelmus und Zucker/Zimt (g,9) <input type="checkbox"/>
Hühnerfrikassee dazu bunter Gemüseris (d1,i) <input type="checkbox"/>	Reissuppe mit buntem Gemüse und Hühnerfleisch, dazu Brot + Joghurt (d1, i, 9) <input type="checkbox"/>	Vegetarische Gemüse/Pilzpflanze mit Kräutersoße und Eierspätzle (a,d,d1,i) <input type="checkbox"/>	„Gemüse-Curry“ (Tomaten, Blumenkohl, Paprika, Mais, Bohnen)Kartoffelstampf (b,i,k,l,8,9) <input type="checkbox"/>	Fischwürfel in leichter Senfsoße, Kartoffelbrei c,d1,g,m <input type="checkbox"/>
Montag, 23.10.2023	Dienstag, 24.10.2023	Mittwoch, 25.10.2023	Donnerstag, 26.10.2023	Freitag, 27.10.2023
Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln (a,d1,g,4) <input type="checkbox"/>	deftiger Erbseneintopf mit Wiener Würstchen und Brot +Puddingdessert (d1,g,i,9) <input type="checkbox"/>	Geflügelbratwurst mit Möhrenrahm und Kartoffeln (d,d1,7) <input type="checkbox"/>	Rindfleischsuppe mit Kartoffeln und Gartengemüse dazu Brot (i, 7,8,9) <input type="checkbox"/>	Eierkuchen mit hausg. Apfelkompott und Puderzucker a,d1,g,8,9 <input type="checkbox"/>
Spaghetti Bolognese mit Reibekäse (d1,g) <input type="checkbox"/>	Blumenkohl-Käse Medaillons mit Kräutersoße und Reis + Puddingdessert (a,d1,g,7,9) <input type="checkbox"/>	Putenpfanne „exotisch“(mit Ananas, Curry), Reis (d1,7,9) <input type="checkbox"/>	Fischstäbchen mit Kartoffelbrei und Zitronen-Buttersoße a,c,d1,g <input type="checkbox"/>	hausg. Kräuterquark mit Gurkenstreifen und Petersilienkartoffeln (g,9) <input type="checkbox"/>
Montag, 30.10.2023	Dienstag, 31.10.2023			
Eierragout mit Gemüstreifen in Senf-Dillssoße und Reis (a,d1,j,i) <input type="checkbox"/>	<b>keine Speiseversorgung</b>			
Wurstgulasch mit Tomatensoße und Spirelli (d1,6,7,9) <input type="checkbox"/>	<b>31.10. Feiertag</b>			

**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 25.09.2023

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 Sulfite n)Weichtiere