



SPEISEPLAN

Gesamtschule Lindenthal

41. KW	Menü 1	Menü 2 vegetarisch	Salatteller	Salat	Dessert
Montag 07/10/2024	Puten-Hackbällchen (aW,c,g,j), Cranberrysauce (g,i,j), Kartoffel-Süßkartoffelpüree (g)	Tortellini Spinat-Ricotta (aW,c,g,i), Kürbis und bunte Möhrchen in Rahmsauce (g)	Salatteller Thunfisch-Tortelloni (Ricotta-Spinat)-Salat mit Erbsen, Gurkenwürfeln und Kräutervinaigrette (aW,c,d,g,j), Brötchen (aW,3)	Rote Beete-Apfel-Salat (8)	Waldbeeren-joghurt (g)
Dienstag 08/10/2024	Erbsensuppe mit Kartoffelwürfeln und Wurzelgemüse (i,j), Geflügelbockwurst (i,2,3,7), Vollkornbrötchen (aW)	Käsespätzle (mit Zwiebeln) (aW,c,g,1), Blattsalat mit Mais, Vinaigrette (j)	Mexikanischer Salatteller: Blattsalat, Couscous mit gebratenen Rinderhackfleisch, Mais und Kidneybohnen, Gurke, Tomate und Tomatenmark (aW,j),	Blattsalat mit Mais, Vinaigrette (j)	Schokomilch-pudding (g)
Mittwoch 09/10/2024	Bauerntopf mit Rinderhackfleisch, Tomate und Bohnen (i,j), Kartoffeln	Reibekuchen (aW,aH,c,i), Apfelkompott (Bio)	Salatteller Hähnchenschnitzel mit buntem Blattsalat, Paprika, Tomaten, Gurken und Krautsalat (aW,c,g,3), Brötchen (aW,3), Dressing nach Wahl:	Möhrensalat mit Joghurt-Kräuterdressing (g)	Birnenquark (g)
Donnerstag 10/10/2024	Gebratenes Hähnchenbrustfilet, Ofengemüse (Zucchini, Möhre, Kürbis, Schwarzwurzel, Süßkartoffel) (i), Mehrkornbaguette	Pastinaken-Rösti (aW,aH,c,i), Erbsen, Rahmsauce (g), Parboiled Reis	Bunter Salat mit Mozzarellaabällchen, Cherrytomaten und Basilikum (g), Brötchen (aW,3), Dressing nach Wahl: Joghurdressing (g), Vinaigrette (j) oder	Chinakohlsalat, Cocktaildressing (aW,c,g,j,1,2,8)	Hausgebackener Kürbiskuchen (aW,c,g,hSp)
Freitag 11/10/2024	Eier-Omelette (c,g), Rahmspinat (g), frisches Kartoffelpüree (g)	Cremige Kürbissuppe (g,i,j), Aubergine-Hausbrötchen (aW)	Asia-Salatteller vegetarisch mit Kokosreis, Pack Chio, Blattsalat, Tomate und Gurken (aW,f,j), Brötchen (aW,3), Dressing nach Wahl: Joghurdressing (g), Vinaigrette (j) oder	Bunter Rohkostsalat (Karotten, Weißkohl, Radieschen; - Essig-Öl) (i,j)	Apfelschnee (f,g)
 DE-ÖKO-039 Kontrollstelle	Wir sind biozertifiziert durch die Gesellschaft für Ressourcenschutz (GfRS). Folgende Zutaten verwenden wir ausschließlich in Bio-Qualität: Salzkartoffeln, Pellkartoffeln,				 DE-ÖKO-039 Kontrollstelle