

Montag 02.04.2018 bis Freitag 06.04.2018	<h1>Schule geschlossen</h1>
---	-----------------------------

Montag 09.04.2018	I	Thunfisch¹⁸ in Tomatensoße^{15,21} (mit Vollkornmehl abgebunden) an Bio-Spirelli¹⁵, Obst <i>Fisch</i>	391 kcal	24 g	Eiweiß	16 g	Fett	36 g	Kohlenhydr.
	II	Bio-Steckrübeneintopf mit Bio-Erbesen²², Bio-Karotten, Bio-Porree, Bio-Sellerie²³, Bio-Bohnen²², Brot¹⁵ / Vollkornbrot¹⁵, Obst <i>vegetarisch/vegan</i>	145 kcal	3 g	Eiweiß	3 g	Fett	15 g	Kohlenhydr.
Dienstag 10.04.2018	I	Milchreis²¹ mit Zimt und Zucker und Apfelmus, Rohkostsalat <i>vegetarisch/süß</i>	402 kcal	10 g	Eiweiß	6 g	Fett	75 g	Kohlenhydr.
	II	gefüllte Zucchini mit Käse²¹ überbacken, Tomaten-Paprika-Soße^{15,21} und Bio-Kartoffeln, Rostkostsalat <i>vegetarisch</i>	125 kcal	6 g	Eiweiß	1 g	Fett	24 g	Kohlenhydr.
Mittwoch 11.04.2018	II	Bulgur¹⁵ mit Bio-Tomaten und Joghurtsoße²¹ "Cacik", Obstsalat <i>vegetarisch</i>	488 kcal	8 g	Eiweiß	2 g	Fett	103 g	Kohlenhydr.
	III	Bulgur¹⁵ mit Hähnchenstreifen, Bio-Tomaten und Joghurtsoße²¹ "Cacik", Obstsalat <i>Geflügel</i>	496 kcal	14 g	Eiweiß	2 g	Fett	107 g	Kohlenhydr.
Donnerstag 12.04.2018	I	türkische Linsensuppe²², Brot¹⁵ / Vollkornbrot¹⁵, Rote Grütze <i>vegetarisch</i>	155 kcal	10 g	Eiweiß	6 g	Fett	16 g	Kohlenhydr.
	II	Eierreis¹⁷ mit Bio-Karotten, Frühlingszwiebeln, Mais, Sprossen²², Bio-Paprika und Bio-Erbesen²², Rote Grütze <i>vegetarisch</i>	230 kcal	8 g	Eiweiß	6 g	Fett	36 g	Kohlenhydr.
Freitag 13.04.2018	I	Bio-Gulaschsuppe^{15,21} mit Bio-Kartoffeln, Bio-Zwiebeln, Paprika und Tomaten, Brot¹⁵/Vollkornbrot¹⁵, Apfel <i>Rind</i>	155 kcal	10 g	Eiweiß	8 g	Fett	13 g	Kohlenhydr.
	II	Ei¹⁷ mit Senfsoße^{15,21,24} und Bio-Kartoffeln, Apfel <i>vegetarisch</i>	229 kcal	11 g	Eiweiß	9 g	Fett	25 g	Kohlenhydr.

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe / Allergene:

1) mit Konservierungsstoff 2) mit Farbstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Süßstoff Saccharin 5) mit Süßstoff Cyclamat 6) mit Süßstoff Aspartam, enth. Phenylalaninquelle 7) mit Süßstoff Acesulfam 8) mit Phosphat 9) geschwefelt 10) chininhaltig 11) coffeinhaltig 12) mit Geschmacksverstärker 13) geschwärzt 14) gewachst 15) Gluten 16) Krebstiere 17) Eier / Eierzeugnisse 18) Fisch / Fischerzeugnisse 19) Nuss / Erdnuss 20) Soja 21) Milch 22) Hülsenfrüchte 23) Sellerie 24) Senf 25) Sesam

Montag 16.04.2018	I	Gemüseboulette^{20,22,23} mit Bio-Butter-Karotten²¹ und Bio-Kartoffeln, Obst <i>vegetarisch</i>	281 kcal	8 g	Eiweiß	11 g	Fett	33 g	Kohlenhydr.
	II	Schlemmerfischfilet^{15,17,18} mit Brokkolisoupe^{15,21} und Bio-Kartoffeln, Obst <i>Fisch</i>	216 kcal	19 g	Eiweiß	9 g	Fett	12 g	Kohlenhydr.
Dienstag 17.04.2018	I	Hähnchenschnitzel^{15,17} an Bio-Kartoffeln, Leipziger Allerlei²¹ (Bio-Erbse²², Bio-Karotten, Spargel) in Rahmsoupe^{15,21}, Pfirsichjoghurt²¹ <i>Geflügel</i>	217 kcal	21 g	Eiweiß	5 g	Fett	25 g	Kohlenhydr.
	II	Bio-Spaghetti¹⁵ mit Tomaten-Gemüse-Soße^{15,21} (Bio-Karotten, Mais, Paprika, Tomaten), Pfirsichjoghurt²¹ <i>vegetarisch</i>	301 kcal	10 g	Eiweiß	5 g	Fett	34 g	Kohlenhydr.
Mittwoch 18.04.2018	I	Chili-sin-Carne mit Bio-Soja²⁰, Mais und Bohnen²² an Reis, Schokoquark²¹ <i>vegetarisch</i>	363 kcal	17 g	Eiweiß	16 g	Fett	37 g	Kohlenhydr.
	II	Bio-Kartoffelgratin^{15,21} mit Bio-Möhren, Blumenkohl, Bio-Erbse²² und Käse überbacken²¹, Schokoquark²¹ <i>vegetarisch</i>	315 kcal	21 g	Eiweiß	17 g	Fett	18 g	Kohlenhydr.
Donnerstag 19.04.2018	II	Bio-Tortellini^{15,17,21} mit Käsesoupe^{15,21}, Rohkostsalat <i>vegetarisch</i>	455 kcal	16 g	Eiweiß	15 g	Fett	52 g	Kohlenhydr.
	III	Geflügelbratwurst mit Bio-Butter-Bohnen^{21,22}, Bio-Kartoffeln und Bratensoße^{15,21}, Rohkostsalat <i>Geflügel</i>	335 kcal	13 g	Eiweiß	22 g	Fett	24 g	Kohlenhydr.
Freitag 20.04.2018	I	Zucchini-cremesuppe²¹, Brot¹⁵ / Vollkornbrot¹⁵, Obst <i>vegetarisch</i>	226 kcal	5 g	Eiweiß	9 g	Fett	21 g	Kohlenhydr.
	II	Chinapfanne mit Mienudeln¹⁵, Sojasoupe^{15,20,21}, Sprossen²², Bio-Karotten und Chinakohl, Obst <i>vegetarisch</i>	384 kcal	18 g	Eiweiß	13 g	Fett	37 g	Kohlenhydr.

Montag 23.04.2018	I	Bio-Kartoffeln an Kräuterquark^{15,23}, Obst <i>vegetarisch</i>	249 kcal	25 g	Eiweiß	1 g	Fett	34 g	Kohlenhydr.
	II	Bio-Möhreneintopf (Bio-Sellerie²³, Bio-Porree, Bio-Erbse²²) mit Bio-Kartoffeln, Brot¹⁵ / Vollkornbrot¹⁵, Obst <i>vegetarisch/vegan</i>	201 kcal	3 g	Eiweiß	5 g	Fett	18 g	Kohlenhydr.
Dienstag 24.04.2018	I	Grießbrei^{15,21} mit Waldfrüchten, Rohkostsalat <i>vegetarisch/süß</i>	229 kcal	5,8 g	Eiweiß	5 g	Fett	39 g	Kohlenhydr.
	II	Spinatlasagne^{15,17,21} mit Käse²¹ überbacken, Rohkostsalat <i>vegetarisch</i>	270 kcal	12 g	Eiweiß	16 g	Fett	21 g	Kohlenhydr.
Mittwoch 25.04.2018	II	Mais-Lauch-Rösti mit Bio-Rahmerbsen²², Bio-Erbse²² und Bio-Reis, Schokopudding²¹ mit Dessertsoße-Vanillegeschmack^{15,21} <i>vegetarisch</i>	204 kcal	6 g	Eiweiß	7 g	Fett	39 g	Kohlenhydr.
	III	Wurstgulasch^{15,21} mit Bio-Spirelli¹⁵, Schokopudding²¹ mit Dessertsoße-Vanillegeschmack^{15,21} <i>Geflügel</i>	379 kcal	16 g	Eiweiß	13 g	Fett	38 g	Kohlenhydr.
Donnerstag 26.04.2018	I	Fischboulette^{15,17,18} mit Remoulade^{15,21}, Bio-Kartoffelpüree²¹ und Gurkensalat <i>Fisch</i>	215 kcal	10 g	Eiweiß	9 g	Fett	23 g	Kohlenhydr.
	II	Bio-Tomaten-Sojasoupe^{15,20} nach "Bolognese-Art" an Bio-Penne¹⁵, Gurkensalat <i>vegetarisch</i>	315 kcal	19 g	Eiweiß	9 g	Fett	40 g	Kohlenhydr.
Freitag 27.04.2018	I	Bio-Hühnersuppe mit Bio-Karotten, Bio-Porree, Bio-Sellerie²³, Bio-Erbse²² und Bio-Muschelnudeln¹⁵, Brot¹⁵ / Vollkornbrot¹⁵, Obst <i>Geflügel</i>	240 kcal	15 g	Eiweiß	12 g	Fett	18 g	Kohlenhydr.
	II	Bio-Makkaroni¹⁵ mit Tomatensoße^{15,21} (mit Vollkornmehl abgebunden), Obst <i>vegetarisch/vegan</i>	301 kcal	10 g	Eiweiß	5 g	Fett	34 g	Kohlenhydr.

Montag 30.04.2018	Schule geschlossen								
----------------------	---------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe / Allergene:

1) mit Konservierungsstoff 2) mit Farbstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Süßstoff Saccharin 5) mit Süßstoff Cyclamat 6) mit Süßstoff Aspartam, enth. Phenylalaninquelle 7) mit Süßstoff Acesulfam 8) mit Phosphat 9) geschwefelt 10) chininhaltig 11) coffeinhaltig 12) mit Geschmacksverstärker 13) geschwärzt 14) gewachst 15) Gluten 16) Krebstiere 17) Eier / Eierzeugnisse 18) Fisch / Fischerzeugnisse 19) Nuss / Erdnuss 20) Soja 21) Milch 22) Hülsenfrüchte 23) Sellerie 24) Senf 25) Sesam