

SPEISEPLAN vom 16.10.2017 bis 20.10.2017

Schule an der Blies, Ludwigshafen



Montag Dienstag Mittwoch Donnerstag Freitag



Menü A

Geflügelfrikadelle (A,B,F,G)
Karotten-Kürbis-Gemüse (A,M,1,3)
Kartoffelbrei (B)
Dessert
KCAL 599 F 19,9g E 27,8g *

Maccronelli mit feiner Rinderhackfleisch-Soße (A,B,F,M,1,3)
Salat der Saison (G,M,10)
Dessert
KCAL 459 F 19g E 19,3g*

Hähnchenschnitzel (A,F,A1)
Kartoffelbrei (B)
buntes Gemüse
Dessert
KCAL 681 F 29,0 g E 35,3 g*

Pfannen-Gyros (Geflügel) (A,B,1,3)
Zaziki (B,G)
Pommes frites
Dessert
KCAL 554 F 33,3g E 22,0g*

K
E
I
N

E
S
S
E
N



Menü B

Bunter Salatteller von frischen Salaten (A,G,M,10) mit Kürbiskernen

Bunter Salatteller von frischen Salaten (G,M,10) mit Putenstreifen

Bunter Salatteller von frischen Salaten (B,G,M,10) mit Schafskäse

Bunter Salatteller von frischen Salaten (D,G,M,10) mit Thunfisch



Vegetarisch Menü C

BIO-Penne mit Käse überbacken (A,A1,B,F) Soße (A,B,1,3)
Salat der Saison (G,M,10)
Dessert
KCAL 504 F 17,8g E 25,8g*

Spanische Reispfanne mit Paprika und Kichererbsen (A,B,I,J)
Salat der Saison (G,M,10) Dessert
KCAL 411 F 17,6g E 16,2g*

Veget. Eier-Ravioli in Tomatensoße (A,B,F,M,1,3)
Salat der Saison (G,M,10)
Dessert
KCAL 492 F 18,3 g E 15,3g*

Nudelsuppe (A,A1,F)
Kaiserschmarren mit Zimt und Zucker (A,A1,B,F)
Apfelkompott (5)
KCAL 483 F 12,7 g E 21,7g*



Änderungen vorbehalten. Die Zubereitung unserer Speisen erfolgt mit jodiertem Speisesalz u. cholesterinfreiem Öl (Rapsöl). Allergenhaltige Speisen sind mit Buchstaben und Zusatzstoffe mit den Zahlen 1-16 gekennzeichnet. Beschreibung siehe Aushang oder auf unserer Homepage.

*Die angegebenen Werte sind Ca.-Werte. Unsere Portionierung ist dem Alter unserer Kinder angepasst!

Bio-Zutaten sind entsprechend gekennzeichnet. Wir sind zertifiziert durch DE-ÖKO-007



Ihr **Herweck**-Team wünscht guten Appetit!