

# Speiseplan

02. Woche vom 10.01.2022 bis zum 14.01.2022 für Grund- und Mittelschule Unterhaching

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Suppe				
Essen 1				
Hähnchengeschnetzeltes (G,g,i, mit Kräuterspätzle (a,c,g) und Gemüse (g)	Geflügel-Currywurst (G,g,i,j) mit Kartoffelcubes und Mixsalat an Joghurdressing (g,i,j)	Rinderhackbällchen (R,a,c,i,j) mit Tomatensoße (i), Vollkornreis und Erbsen (g)	Cordonbleu (G,a,c,g,i,) mit Kartoffelpüree (g) und Broccoli (g,i)	Lachslasagne (F,a,g,i,) mit Blattsalaten an Honigdressing (i,j)
Geflügelfleisch,	Geflügelfleisch,	Rindfleisch,	Geflügelfleisch,	Fisch,
Essen 2				
Gratinierte Spätzle-Zucchini-Pfanne (a,c,g,i)	Vegetarische Currywurst (a,f,i,j) mit Kartoffelcubes und Mixsalat an Joghurdressing (g,i,j)	Gemüsebällchen (a) mit Tomatensoße (i), Vollkornreis und Erbsen (g)	Topfen Nougatknödel (a,g,h) mit Vanillesoße (a,c,g,)	Lasagne *Verdura*(a,g,i) Blattsalaten an Honigdressing (i,j)
fleischlos,	fleischlos,	fleischlos,	fleischlos,	fleischlos,
Essen 3				
			Graupenrisotto (a,g,i) mit Grillgemüse (g) und Tomaten-Schmand-Soße (g,i)	
			fleischlos,	
Essen 4				
Nachtsch 1				
Fruchtquark (g)	Erdbeeryoghurt (g)	Apfelkuchen (a,c,g,h)	Grießpudding (a,g)	Apfelkompott
Nachtsch 2				
Nachtsch 3 (Bio-Obst, Bio-Rohkost, Bio-Nachtsch)				
Salatteller				
Beilagensalat				

				<b>Änderungen vorbehalten!</b>
--	--	--	--	------------------------------------