

# Speiseplan

10. Woche vom 07.03.2022 bis zum 11.03.2022 für Grund- und Mittelschule Unterhaching

| Montag   | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag  |
|--|---|---|--|--|
| Suppe  |   |   |  |  |
| Essen 1  |   |   |  |  |
| Puten-Rahmgeschneitzelt<br>es (G,g,i) mit Penne (a,c)<br>und Schwarzwurzel | Asiatische<br>Geflügelbällchen (G,i,j)<br>mit Paprika (p) und<br>Vollkornreis | Hähnchennuggets (G,a,)<br>auf Kartoffelpüree (g) und<br>Broccoli    | Gesottener Tafelspitz (R,i)<br>mit Kräutersoße (g,i),<br>Salzkartoffeln und<br>Karottensalat | Backfisch vom Seelachs<br>(F,a,c,d) mit Remoulade<br>(1,c) und<br>Kartoffel-Eisbergsalat (i,j) |
| Geflügelfleisch,   | Geflügelfleisch,  | Geflügelfleisch,  | Rindfleisch,   | Fisch,   |
| Essen 2  |   |   |  |  |
| Gebratene<br>Kräuter-Schupfnudeln<br>(a,c) mit<br>Rahmblumenkohl (i)       | Apfelpfannkuchen (a,c)<br>mit Vanillesoße (a,c,g)                             | Sellerieschnitzel (a,c,i)<br>auf Kartoffelpüree (g) und<br>Broccoli | Käsespätzle (a,c,g) mit<br>Karottensalat   | Gemüsepaella (i) mit<br>Kräutersoße (g,i,j) und<br>Beilagensalat an<br>Joghurtdressing (g,j)   |
| fleischlos,  | fleischlos,   | fleischlos,   | fleischlos,  | fleischlos,  |
| Essen 3  |   |   |  |  |
|  | Paprikaragout in<br>Tomatensoße (i) und<br>Vollkornreis                       |   |  |  |
|  | fleischlos,   |   |  |  |
| Essen 4  |   |   |  |  |
| Vanillequark (g)   | Waldbeerjoghurt (g)   | Zitronenkuchen (a,c,f)  | Schokopudding (g)  | Birnenquark (g)  |
| ,  | ,   | ,   | ,  | ,  |
| Nachtisch 1  |   |   |  |  |
| Nachtisch 2  |   |   |  |  |
| Nachtisch 3 (Bio-Obst, Bio-Rohkost, Bio-Nachtisch)                         |   |   |  |  |
| Salatteller  |   |   |  |  |
| Beilagensalat  |   |   |  |  |
|  |   |   |  | <b>Änderungen<br/>vorbehalten!</b>   |