

# Speiseplan

Schengen Lyzeum, Perl

Catering Anita Marx  
Auf dem Sabel 2  
66706 Perl

	Montag 30.10.2017	Dienstag 31.10.2017	Mittwoch 01.11.2017	Donnerstag 02.11.2017	Freitag 03.11.2017
Vorspeise				Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit				Polenta-Regenbogenpizza	gebr. Zucchinischeiben, Currysauce, Vollkornreis, Brokkoli
Tagesessen	bewegl. Ferientag	Reformationstag	Allerheiligen	Wildlachsfilet, Sahnesauce, Blechkartoffeln, Bohnen	Hähnchenbrustfilet, Currysauce, Reis, Brokkoli
to go				Hühnchenschnitzel im Weck	gratinierte Baguette
Dessert				Käsewürfel mit Trauben/Obst	Joghurt*10

P  
R  
O  
W  
O

	Montag 06.11.2017	Dienstag 07.11.2017	Mittwoch 08.11.2017	Donnerstag 09.11.2017	Freitag 10.11.2017
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	Rührei, Rosmarinkartoffeln, Bohnen		Brokkoligulasch, Hirse, Möhren	Kohlrabistäbchen, Blechkartoffeln, Kürbisspalten, Spinat	Linseneintopf, Käse- Vollkorngebäck, Grillgemüse
Tagesessen	Grillschinken, Rosmarinkartoffeln, dicke Bohnen		Rindergulasch, Kartoffelklöße, Rosenkohl	Fischstäbchen, Püree, Spinat	Currywurst, Pommes frites, Grillgemüse
to go	Hot Dog*3,8		Nuddlen am Schäffchen*3,8	Lyonerweck*3,8	Germknödel, Vanillesauce, Kirschen
Dessert	Miniwindis*10/Obst		Quark mit Joghurt*10/Obst	Smoothie/Obst	Schokopudding*10/Obst

P  
R  
O  
W  
O

1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmitteln 4) mit Geschmacksverstärkern 5) geschwefelt 6) geschwärzt 7) gewachst 8) mit Phosphat 9) mit Süßungsmitteln 10) mit Süßungsmitteln und einem Zucker 11) auf der Grundlage von Süßstoff 12) enthält eine Phenylalaninquelle 13) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken 15) koffeinhaltig 16) chininhaltig 17) enthält Natriumnitrit

Salat/Gemüse/Dessert 0,60€ - Sättigungsbeilagen 1,00€ - Fisch/Fleisch/Ei 2,00€ - Komplettmenü 3,80€ - großer Salat + Brötchen 3,50€

Die grün geschriebenen Gerichte ergeben eine Möglichkeit die vorgeschlagenen Häufigkeiten der DGE einzuhalten.