

# Speiseplan

Schengen Lyzeum, Perl

Catering Anita Marx  
Auf dem Sabel 2  
66706 Perl

	<b>Montag</b> 09.04.2018	<b>Dienstag</b> 10.04.2018	<b>Mittwoch</b> 11.04.2018	<b>Donnerstag</b> 12.04.2018	<b>Freitag</b> 13.04.2018
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	Polentapizza, Wirsing	Bulgurpfanne mit Räuchertofu, Käsesauce, Grilltomate	Käsespätzle, Röstzwiebeln, Möhren	grat. Pfannkuchen mit Gemüsefüllung	Vollkornspaghetti Tomatensauce, Mais
Tagesessen	Hähnchenschenkel, Curryreis, Zuckererbsenschoten	Maultaschen in Specksauce*2,3, Kohlrabi	Putengeschnetzeltes, Spätzle, Erbsen	Bandnudeln mit Räucherlachs, Pastinaken	Spaghetti Bolognese, Blumenkohl
to go	Hot Dog*2,3,8	Kartoffel-Gemüse- Suppe	Minipizzen*2,3,8	Bratwurstweck*2,3,4	Chili con carne Käsebaguette
Dessert	Heidelbeerquark*10/Obst	Ananas-Kokos-Smoothie*10/Obst	Apfel-Crumble*10/Obst	Kirschen/Vanillesauce*10/Obst	Milchreis + Frucht*10/Obst

	<b>Montag</b> 16.04.2018	<b>Dienstag</b> 17.04.2018	<b>Mittwoch</b> 18.04.2018	<b>Donnerstag</b> 19.04.2018	<b>Freitag</b> 20.04.2018
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	Vegi-Steaks, Röstzwiebeln, Vollkorn- Kräuter-Reis, rote Bohnen	Vollkornnudeln Zucchini- Pfanne, Champignons	Gemüsetaler, Blechkartoffeln, Lauch	Spargelquiche, Mischgemüse	Zucchini-Cordon bleu, Süßkartoffel-Pommes, Grillgemüse
Tagesessen	Steak (S) Röstzwiebeln, Tomatenreis, weiße Bohnenkerne	Delfter Pfanne, Nudeln, Brokkoli	Fischfiguren, Püree, Spinat	Hackbraten mit Eifüllung, Bratkartoffeln, Bohnen	Hähnchen-Cordon bleu*2,3,8 Pommes frites, Grillgemüse
to go	Nuddlen am Schäffchen*2,3,8	Toast Tom/Mozz	Curry-Wurst-Burger*2,3,8	Lyonerweck*2,3,8	gefüllte Pfannkuchen*10
Dessert	Apfel-Joghurt*10/Obst	Bananen-Schoko-Milch*10/Obst	Obstsalat/Obst	Quark, Honig, Nüsse*10/Obst	Vanillepudding*10/Obst

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.