

Speiseplan

Schengen Lyzeum, Perl

Catering Anita Marx
Auf dem Sabel 2
66706 Perl

	Montag 15.10.2018	Dienstag 16.10.2018	Mittwoch 17.10.2018	Donnerstag 18.10.2018	Freitag 19.10.2018
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	Kürbis-Chiasamen-Taler, VK-Nudeln, Kürbisragout	Vegi-Ravioli in Tomatensauce, Blumenkohl	Käsespätzle mit Röstzwiebeln, Wirsing	Bio-Nudelauf mit Gemüsewürfeln	Falaffel, Rosmarinkartoffeln, Dip, Rahmlauch
Tagesessen	Hähnchenbrustfilet, Currysauce, Reis, Zuckererbsenschoten	Ravioli in Schinken-Sahne- Sauce* ^{2,3,4,8,17} , Bohnen	Putengulasch, Spätzle, Erbsen & Möhren	Bio-Nudelauf mit Thunfisch, Brokkoli	Bratwurstschnecke* ^{2,3,4,17} Wedges, Mais
to go	Pizzaschnitte	Fleischkäsweck* ^{2,3,4,8,17}	Lyonerpfanne* ^{2,3,4,8,17}	Frikadellenweck	allerlei Suppe
Dessert	Joghurt*10/Obst	Schokobananen*10/Obst	Apfelmus, Zimtsahne*10/Obst	Miniwindis*10/Obst	Quark mit Kirschen*10/Obst

	Montag 22.10.2018	Dienstag 23.10.2018	Mittwoch 24.10.2018	Donnerstag 25.10.2018	Freitag 26.10.2018
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	Folienkartoffeln, Kräuterdip, marinierte Gemüse	Vollkornreis, Grilltomate, gefüllte Zucchini	Kohlrabi in Vk-bröseln, Süßkartoffelpüree, Kaisergemüse	Räuchertofu Würfelkartoffeln Sauerkraut	Kartoffelklöße mit Schwammerlragout Rotkohl
Tagesessen	Weißwurstel* ^{2,3,4,17} mit süßem Senf, Kartoffelstampf, Kraut	Schlemmerfilet "Kräuter", Reis, Zucchini	pan. Schnitzel (S), Pommes frites, Kaisergemüse	Kassler* ^{2,3,4,8,17} , Püree, Sauerkraut	gek. Rindfleisch, Remoulade, Wirsing, Petersilienkartoffeln
to go	Chouxcrôte* ^{2,3,4,8,17}	Lyonerweck* ^{2,3,4,8,17}	Flammkuchen* ^{2,3,4,8,17}	Bratwurstweck* ^{2,3,4,17}	gefüllte Pfannkuchen* ¹⁰
Dessert	Milchreis Zz* ¹⁰ /Obst	Smoothie/Obst	Apfelcrumble* ¹⁰ /Obst	Joghurt* ¹⁰ /Obst	Pudding* 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 14) koffeinhaltig 15) chininhaltig 17) enthält Natriumnitrit

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

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