

# Speiseplan

Schengen Lyzeum, Perl

Catering Anita Marx  
Auf dem Sabel 2  
66706 Perl

	<b>Montag</b> 04.03.2019	<b>Dienstag</b> 05.03.2019	<b>Mittwoch</b> 06.03.2019	<b>Donnerstag</b> 07.03.2019	<b>Freitag</b> 08.03.2019
Vorspeise			Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit			Zucchini à la bordelaise, Bio-Vollkornreis, Brokkoli	Grünkernfrikadelle, Bio- Nudeln, Bohnen	Kartoffel-Blumenkohl- Auflauf, Zucchini
Tagesessen	Rosenmontag	SCHILF	Seelachs à la bordelaise, Bio-Reis, Brokkoli	Rinderfrikadelle, Bio- Nudeln, Bohnen	Schweinegeschnetzeltes in Paprikasauce, Schupfnudeln, Zucchini
to go			Kartoffelsuppe, Baguette	Toast Hawaii*2,3,4,8,17	Pizza Margarita
Dessert			Quarkcrème*10/Obst	Apfelmus*10/Obst	Knusperjoghurt*10/Obst

	<b>Montag</b> 11.03.2019	<b>Dienstag</b> 12.03.2019	<b>Mittwoch</b> 13.03.2019	<b>Donnerstag</b> 14.03.2019	<b>Freitag</b> 15.03.2019
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	Bio-Vollkornreis, asiatische Gemüsepfanne	Falaffel, Tomaten- CousCous, Spinat	Erbseneintopf, Vollkornbaguette	Kohlrabischnitzel, Rosmarinkartoffeln, Dip, Wirsing	Königinpastetchen Pilzragout, Bio-Vollkorn- nudeln, Erbsen/Möhren
Tagesessen	Asia-Hühnchen, Bio- Curryreis, Zuckererbsenschoten	Backfisch, Tomaten- CousCous, Spinat	Rindergulasch, Gnocchi, Kohlrabi	Fleischkäse*2,3,4,8,17,S mit Spiegelei, Bratkartoffeln, Wirsing	Pastetchen Putenragout, Bio- Nudeln, Erbsen/Möhren
to go	Minifrühlingsröllchen, gebratener Reis	Reibekuchen, Apfelmus*10	Flammkuchen*2,3,4,8,17,S	Rinderbratwurst *2,3,4,8,17 im Weck	Chouxcroûte*2,3,4,8,17,S
Dessert	Hefezopf*10/Obst	Fruchtjoghurt*10/Obst	Schoko-Biobanane*10/Obst	Obstsalat/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 14) koffeinhaltig 15) koffeinhaltig 16) chininhaltig 17) enthält Natriumnitrit 18) enthält Ei 19) enthält Schalenfrüchte 20) enthält gluten 21) enthält Milchprodukte

Salat/Gemüse/Dessert 0,70€ - Sättigungsbeilagen 1,20€ - Fisch/Fleisch/Ei 2,20€ - Komplettmenü 4,50€ - großer Salat + Brötchen 3,50€

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