

Speiseplan

Schengen Lyzeum, Perl

Catering Anita Marx
Auf dem Sabel 2
66706 Perl

	Montag 18.03.2019	Dienstag 19.03.2019	Mittwoch 20.03.2019	Donnerstag 21.03.2019	Freitag 22.03.2019
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	provençalischer Bio-Vollkornreis, griechisches Gemüse	Kartoffel-Fenchel-Auflauf, Bohnen	Bio-Bulgur-Curry-Pfanne, Zuckerschoten	Bratlinge, Fächerkartoffeln, dicke Bohnenkerne	Bio-Vollkornnudeln mit Frühlingslauch, Cherrytomaten & Mais
Tagesessen	Hähnchen-Cordon bleu* ^{2,3,4,8,17} Pommes frites, Grillgemüse	Zwiebelkuchen(S) * ^{2,3,4,8,17} , Bohnen	Hühnchenspieße* ¹⁰ , Zigeunersauce, Peterle-Kartoffeln, Möhren	Kartoffel-Kassler(S)* ^{2,3,4,8,17} -Pfanne, dicke Bohnenkerne	Bio-Nudeln mit Käse-Schinken* ^{2,3,4,8,17} -Sauce, Erbsen
to go	Lauch-Käse-Suppe(S), Nudelsuppe(R), Baguette	Hühnchen-Wrap* ¹⁰	Cheeseburger(S)* ¹⁰ Chicken-Burger(H)* ¹⁰	Kartoffelpizza "Thunfisch"	Geflügelwiener* ^{2,3,4,8,17} im Weck
Dessert	Rhabarbercrumble* ¹⁰ / Obst	Beerensmoothie* ¹⁰ /Obst	Himbeerjoghurt* ¹⁰ /Obst	Snack* ¹⁰ /Obst	Schokopudding* ¹⁰ /Obst

	Montag 25.03.2019	Dienstag 26.03.2019	Mittwoch 27.03.2019	Donnerstag 28.03.2019	Freitag 29.03.2019
Vorspeise	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Iss dich fit	Käsespätzle, Mischgemüse	Gemüsestrudel, Selleriepüree, Mangold	Tortellini Ricotta & Spinat, Käsesauce, Möhren	gebrannte Suppe von Biogrieß, Kartoffelwaffeln	Gemüsespieße, Bio-Vollkornreis, Currysauce
Tagesessen	Putengeschnetzeltes, Spätzle, Fingermöhren	Knusperfilet, Bio-Naturreis, Mangold	Canneloni (R) in Tomatensauce, Mais/Bohnen	Haché Parmentier(S), Lauchragout	Hühnchenstreifen in Frischkäsesauce, Bio-Nudeln, Kaisergemüse
to go	Bio-Nudeln am Schäffchen(S)* ^{2,3,4,8,17}	Lyoner(S)* ^{2,3,4,8,17} -Weck	Hot dog(S)* ^{2,3,4,8,17}	Mozzarella-Sandwich	Tortilla-Auflauf(S)
Dessert	Vanillequark* ¹⁰ /Obst	Bio-Bananen* ¹⁰ /Obst	Pfannkuchen Apfelkompott * ¹⁰ /Obst	Butterkeks* ¹⁰ /Obst	Fruchtquark* 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 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€ - Komplettmü 4,50€ - großer Salat + Brötchen 3,50€

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