

Speiseplan

Schengen Lyzeum Perl

Catering Anita Marx
Auf dem Sabel 2
66706 Perl

THEKEN 1 +	T H E K E N						2
	vegetarisch	Fleisch/Fisch	Sättigungsbeilagen	Gemüse/Salat	Dessert	to go	
	Montag 07.09.2020	Dienstag 08.09.2020	Mittwoch 09.09.2020	Donnerstag 10.09.2020	Freitag 11.09.2020		
	Tomatensauce	Kartoffelsuppe Vollkornbaguette	Sojagyros Tzaziki	gefüllte Zucchini	Pilzragout		
	Sauce Bolognese (S)	gebackener Fleischkäse*2,3,4,8,17 (S)	Hähnchengyros Tzaziki	Seelachsfilet Kräuter-Käse	Rindergulasch		
	Bio-Vollkorn-Spaghetti Rigatoni	Bratkartoffeln	Bio-Vollkornreis Kräuterkartoffeln	Bulgur Bio-Nudeln	Schupfnudeln Semmelknödel		
	Mais / kl. Salat	Brokkoli / kl. Salat	Feta-Tomaten / kl. Salat	Möhren / kl. Salat	Rahmwirsing / kl. Salat		
	Fruchtjoghurt*10/Obst	Milchshake*10/Obst	rote Grütze, Vanillesauce*10 / Obst	Hefezopf*10 / Obst	Milchreis Beere*10/Obst		
	Lasagne Bolognese (R)	Hühnchenwraps*2,10	Germknödel mit Kirschfüllung Vanillesauce*10	Toast Hawaii*2,3,4,8,10,17 Toast Tomat-Mozzarella	Hähnchennuggets Püree		
	Montag 14.09.2020	Dienstag 15.09.2020	Mittwoch 16.09.2020	Donnerstag 17.09.2020	Freitag 18.09.2020		
	Gemüsestrudel Currysauce	vegetarische Gemüsebällchen, Dip	Vegi-Currywurst	gebratener Räuchertofu	Käse-Sahne-Sauce		
	Hähnchenschenkel	Ragout von Wildlachs & Seelachs	Currywurst*2,3,4,8,17 (S)	Kassler*2,3,4,8,17 (S)	gekochtes Rindfleisch Remoulade*2,4		
	Bio-Vollkornnudeln Wedges	Salzkartoffeln Bio-Naturreis	Buchstabenkartoffeln Bio-Nudeln	Teerdisch Rahmkartoffeln	Vegi-Tortellini Kartoffel-Möhren-Gulasch		
	Blumenkohl / kl.Salat	Erbsen / kl. Salat	Kaisergemüse / kl. Salat	dicke Bohnen / kl.Salat	Gemüstreifen / kl.Salat		
	Miniwindis*10 / Obst	Knusperjoghurt*10 / Obst	Weberli*10 / Obst	Apfelcrumble*10 / Obst	Fruchtquark*10 / Obst		
	Nuddeln am Schäffchen *2,3,4,8,17	Reibekuchen Apfelmus*10	Pizzaschnitte Margarita	Gulaschsuppe Baguette	gefüllter Pfannkuchen*10		

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 0,70€ - 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.