

Menüplan Januar 2025

Schule am Meer

Name:

Klasse:

Mo, 06.01 O Rinder-Bratwurst mit Gemüse und Püree (R, A, B, I)
Veggi O Nudeln mit Käsesauce (1a,2,3, A)

Di, 07.01. O Hähnchenschnitzel mit Rahmchampignons und Kartoffeln (Gef., 1a, 1d, 2, 3, A)
Veggi O Gnocci mit Grillgemüse und Tomatensauce (a1, 2, 3)

Mi, 08.01 O Hähnchenkeule mit Sauce, Bohnen u. Püree (Gef., 1, 2, 3)
Veggi O Reis mit Rahmgemüse (Erbsen, Möhren und Kohlrabi) (2)

Do, 09.01. O Hackfleischlasagne (R, 1a, 2, 3, 7)
Veggi O Spinatlasagne (1a, 2, 3, 7)

Fr, 10.01. O Kartoffel-Gemüse-Eintopf mit extra Würstchen (S, 2, A, I)
Veggi O Möhrencremesuppe mit Reiseinlage (2)

Mo, 13.01. O Nudeln mit Sauce „Bolognaise“ (R, 1a, 2, 7)
Veggi O Nudeln mit Tomatensauce (1a, 2, 7, A)

Di, 14.01. O Rindergeschneitztes mit Gemüsestreifen und Reis (R, 2)
Veggi O Pfannkuchen mit Apfelmus oder Zimt und Zucker (2, 3, A, B, C, H)

Mi, 15.01. O Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch und Tomatensauce (R, 2, 7)
Veggi O Sesamkartoffeln mit Sourcreme und Gemüserohkost (2, 7, II)

Do, 16.01. O Fischstäbchen mit Zitronenbittersauce, Kartoffeln u. Gurkensalat (1a, 2, 3)
Veggi O Gnocci mit Gemüse-Käsesauce (1a, 2, 3)

Fr, 17.01. O Nudel-Auflauf mit Bohnen, Mais und Tomaten (1a, 2, 7)
Veggi O Nudelsuppe mit Gemüseeinlage (1, a, 3)

Mo, 20.01. O Rinder-Bratwurst, Röstkartoffeln und Möhrengemüse (R, A, B, I)
Veggi O Rahmspinat mit Ei und Salzkartoffeln (2)

- Di, 21.01.** *O Rindfleischbällchen in Tomatensauce mit Reis (R, 2,7)*
Veggi O Spätzle mit Käsesauce (1a, 2,3,A,B,C)
- Mi, 22.01.** *O Rahmkohlrabi m. Kartoffeln u. Rohkostsalat, extra Fleischbällchen A)*
Veggi O Kartoffelpuffer mit Kräuterquark und Rohkoststicks (2,3,A,B,H)
- Do, 23.01.** *O Schinkennudeln mit Gemüwestreifen (S, 1a,2, 7)*
Veggi O Nudeln mit Tomatensauce (1a,2,3)
- Fr, 24.01.** *O Gemüseintopf mit extra Würstchen (S,7, A,B,I)*
Veggi O Kürbis-Mango-Cremesuppe mit Baguettebrot (1,2)
- Mo, 27.01.** *O Puten-Geschnetzeltes „Gyros“, Tomatenreis, Krautsalat u. Tzatziki (Gef.,2,7)*
Veggi O Gemüsepfanne mit Cous Cous (1)
- Di, 28.01.** *O Rindfleisch-Frikadellen mit Tomatensauce und Gemüsereis (R,1,2,37)*
Veggi O Möhren-Zucchini-Puffer mit Kräuterquark (1,2,3)
- Mi, 29.01** *O Nudeln mit Sauce „Bolognaise“ (R,1,2,3,)*
Veggi O Milchreis mit Kirschen oder mit Zimt und Zucker (2,A,C,H)
- Do 30.01** *O Kartoffelauflauf mit Putenbruststreifen (Gef.,2)*
Veggi O Backkartoffel mit Kräuterquarkcreme und Salatbeilage (2)
- Fr, 31.01.** *O Chilli con carne mit Baguettebrot (R,1a, A)*
Veggi O Tomatencremesuppe mit Reiseinlage (2)

Abgabe Essensplan bis spätestens 16.12.24

Bei NICHT abgegebenem Essensplan wird automatisch Essen 2 für den Monat bestellt.

Wir wünschen allen ein frohes Weihnachtsfest und einen Guten Rutsch ins Jahr 2025.