

Speiseplan

Vom 22. - 26.11.2021

Wünsche, Anregungen und Kritik an:
kueche@montessorischule-sendenhorst.de

Bitte melden Sie eventuelle Unverträglichkeiten und Allergien in der Küche, damit entsprechende allergenfreie Speisen zubereitet werden können.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Gut und Lecker	Käse-Hack-Sauce Thunfisch-Tomatensoße	Bratwurst	Schweineschnitzel	Gyros mit Tzatziki	Möhregulasch mit Cabanossi / Leberkäse
Fleischlos fit	Thai-Gemüse-Soße Kürbissoße	Käseschnitzel	Hirse-Gemüse-Gericht	Linsen-Bolognese	Reibplätzchen
Beilage	Nudeln Reis	Nudelsalat, Nudeln Kartoffeln	Ofenkartoffeln Nudeln	Kartoffeln Nudeln, Reis	Nudeln Reis
Gemüse	Mischgemüse Mais Eisberg-Mix-Salat	Wirsinggemüse Erbsen Gurkensalat	Möhren Champignons Eisbergsalat	Brechbohnen Ratatouille Tomatensalat	Apfelmus Broccoli Mischsalat
Soßen	Tomatensoße Sahnesoße	Tomatensoße Sahnesoße Currysoße	Röte Gemüsesoße Sahnesoße	Tomatensoße Kräutersoße	Tomatensoße Weiße Gemüsesoße
Dessert	Vanillepudding	Zitronencreme	Joghurt mit Erdbeersoße	Quarkspeise	Milchreis mit Zucker und Zimt

Zusatzstoffe/Allergene: 0 - mit Farbstoff, 1 - mit Konservierungsstoff, 2 - mit Geschmacksverstärker, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Phosphat, 5 - mit Milcheiweiß, 6 - coffeinhaltig, 7 - mit Süßungsmittel, 8 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 9 - , 10 - geschwärzt, 11 - gewachst, 12 - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt, 13 - enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam), 14 - chininhaltig, a1 - enth. Weizen-Gluten, a2 - enth. Dinkel-Gluten, a3 - enth. Hafer-Gluten, a4 - enth. Gerste-Gluten, g - enth. Krebstiere, h - enth. Ei, i - enth. Fisch, j - enth. Erdnüsse, k - enth. Soja (gen-tech-frei), l - enth. Milch einschl. Laktose, m1 - enth. Haselnüsse, m2 - enth. Mandeln, m3 - enth. Kokosnuss, t - enth. Sellerie, u - enth. Senf, v - enth. Sesam, w - enth. Schwefeldioxide/Sulfite, x - enth. Lupinen.



- Veganes Hauptgericht, sonst sind vegane bzw. Milchfreie Varianten vorhanden

Pläne können sich ändern.