

# Speiseplan

Vom 14.- 18.01.2019

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	
<b>GUT UND LECKER</b>	Bunter Gemüseeintopf	Gyros mit Tzatziki	Seelachs-Sahne-Gratin Bratfisch	a1, i Frikadellen	1,2,3 Tortellini mit	a1, h
<b>FLEISCHLOS FIT</b>	Pfannkuchen mit Apfelmus	Eierragout	a1, h Veg. Paella	Blätterteigrollen	verschiedenen Soßen	i
<b>BEILAGE</b>	Nudeln	a1, h Reis, Kartoffeln Nudeln	a1, h Ofenkartoffeln Nudeln, Reis	i Kartoffeln a1, h Nudeln	i Nudeln a1, h	a1, h
<b>GEMÜSE</b>		Mischgemüse Kohlrabi	Blumenkohl Möhren	Sauerkraut Möhren		
<b>SALATBAR</b>	Salatbuffet mit Kräuterdressing	Salatbuffet mit 1000-Insel-Soße	Salatbuffet mit French-Dressing	Salatbuffet mit French-Dressing	Salatbuffet mit Sahne-Senf-Soße	
<b>DESSERT</b>	Milchreis mit Zucker und Zimt	i Quarkspeise	i Götterspeise mit Vanillesoße	0 Vanillepudding 1	i frisches Obst	