

Schulrestaurant

hier schmeckt's mir!

Wochenkarte 12. – 15. November 2018

	Menü 1	Menü 2
Montag 12.11.2018	Jägerbraten vom Schwein(A,G,I) mit Spätzle (A,C,G) kcal: 442, EW: 38 g, F: 22 g; KH:38 g Laktose: 0,5 g	Gebratener mariniertes Tofu (A,F,J,K,I) mit Chinagemüse süß-sauer und Vollkornreis (G) Kcal:443, EW 25 g; F: 18 g; KH 37 g Laktose:0 g
	4,50 Euro	4,50 Euro
Dienstag 13.11.2018	Asiatisches Putencurry (A, F,G,I;K,2,4) mit Sojagemüse(F;I) und Reis kcal: 428, EW: 41 g, F: 8 g, KH: 45 g, Laktose: 0 g	Spaghetti (A,G) mit Gemüse- Bolognese (G,I) und Parmesan kcal: 332, EW: 14 g, F: 13 g, KH: 37 g, Laktose: 0,5 g
Mittwoch 14.11.2018	Mediterrane Hähnchenstücke auf Gemüse (I) mit Nudeln (A) kcal: 399, EW: 36 g, F: 9 g, KH: 43 g, Laktose: 0 g	Cannelloni mit Ricotta und Spinat (A,C,E,G,I) auf Tomatenschmelze (G) kcal: 443, EW: 26 g, F: 17 g, KH: 47 g, Laktose: 1,5 g
	4,50 Euro	4,50 Euro
Donnerstag 15.11.2018	<i>Heute gibt's: Essen to go</i>	<i>Heute gibt's: Essen to go</i>

kcal – Kilokalorien / EW = Eiweiß / F = Fett / KH = Kohlenhydrate / Laktose = Milchzucker

Folgende Zusatzstoffe und Allergene können in den Speisen enthalten sein (siehe Hinweis):
1,2,3,4,5,6,9,10; A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K, L
Auskunft hierzu kann Ihnen auch unser Mitarbeiter an der Essensausgabe geben.

Täglich frische Beilagen, Salate & Desserts

