Speiseplan Juli 2025

HANDFEST

Datum		Menü 1 vegetarisch		Menü 2 1x pro Woche Fleisch oder Fisch
Di 1.7.				Hähnchengeschnetzeltes mit Erbsen und Karotten (G1, M, S2), Vollkornreis, rohes Gemüse, Frischobst
Mi 2.7.	🍓	Weizen-Eierspätzle (G1, M), helle Käse-Kräutersoße -würziger Gouda, cremiger Frischkäse, Schnittlauchröllchen- (G1, M, S2), rohes Gemüse, Beeren-Quarkcreme (M)		
Do 3.7.	🍓	Chili mit Kidneybohnen, Kichererbsen, Paprika, Mais (G1, S2), Kräuter-Joghurt-Dip (M), Bio-Steinofenbaguette (G1, M), rohes Gemüse, Frischobst		
Fr 4.7.	🍓	Sesam-Kartoffeln (S3) mit Kräuterquark (M) und Leinöl, Sesam, rohes Gemüse		
Mo 7.7.				Pastinaken-Kokossuppe (G1) mit Kürbiskernen, Kaiserschmarrn (M, G1, E1), Apfelmus, rohes Gemüse
Di 8.7.		hausgemachte Lasagne aus Weizenvollkornnudelplatten (G1), fruchtiger Tomaten-Sonnenblumenkernbolognesesoße (G1, S2), cremiger Bechamelsoße (G1, M) mit Emmentaler (M) überbacken, rohes Gemüse, Frischobst		
Mi 9.7.	🍓	Lunchpakete Sportfest		Lunchpakete Sportfest
Do 10.7.				paniertes Seelachsfilet (G1, F), cremiger Sojadip (S2, S4), Kartoffel-Karottenstampf, rohes Gemüse, Frischobst
Fr 11.7.				Broccoli-Käsesoße (G1, M, S2), Weizennudeln (G1), rohes Gemüse
Mo 14.7.				überbackene Weizennudeln mit Zucchini-Tomatensoße (G1, M, S2), rohes Gemüse
Di 15.7.	🍓		🍓	Hähnchenbrust mit BBQ-Tomatensoße (S2, G1), Erbsengemüse (M), Kartoffeln, rohes Gemüse, Frischobst
Mi 16.7.		Paneer -indischer Rahmkäse (M)- und zarte grüne Erbsen in mildwürziger Tomatensoße (S2), Reis, rohes Gemüse, Kirsch-Buttermilch (M)		
Do 17.7.				Wild- und Seelachs (F) in Rahm mit Wurzelgemüse (G1, M, S2), Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst
Fr 18.7.		Weizenvollkornnudeln (G1), hausgemachtes Basilikumpesto (M), Käse (M), rohes Gemüse		
Mo 21.7.		Tortellini mit Spinat-Ricotta-Füllung (E1, G1, M) Käse-Kräutersoße (S2, G1, M), rohes Gemüse		
Di 22.7.		Linsenbolognese (S2) mit Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst		
Mi 23.7.		Tomatensoße (G1) Nudeln (G1), geriebener Gouda (M), Rohkost, rohes Gemüse		
Do 24.7.		**Beginn Sommerferien**		**Beginn Sommerferien**

Kontrollnummer: DE-ÖKO-070

BIO Diese Lebensmittel bieten wir in BIO-Qualität an: Reis, Nudeln, Rindfleisch, Geflügelfleisch, Kartoffelprodukte, Frisch- und Tiefkühlgemüse, Frisch- und Tiefkühlobst, Milch und Milchprodukte, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen (Sonderkost & Lunchpakete ausgenommen)

Das Menü enthält mindestens ein regionales Bioprodukt

🍓 Kartoffeln, Joghurt, Rind, Quark, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen
Wir sind Partner des Projektes 'Wo kommt Dein Essen her?' und unterstützen das Ziel, den Anteil an regionalen Bioprodukten im Schulessen zu erhöhen.