











Speiseplan Dezember 2020

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.12 - 04.12.2020		DE - ÖKO - 037	Petersilienkartoffeln	Kartoffeln/Stampfkartoffeln _g	Kartoffeln/Bio-Naturreis	Spätzle _{a,c} /Kartoffeln
	1	  natürlich essen	Vanillegrieß _{a,g} mit Apfelmark und Zimtucker	Quinoa-Erbsenfrikadelle, mit Schnittlauchsoße _{a,g}	Hähnchenkeule mit Soße _a	Schweinegeschnetzeltes _a mit Gewürzgurkenstreifen _{a,j,9} und Zwiebeln
	2		Gefüllte Paprikaschote _{a,f} (Schweinemetz) mit Soße _a , Petersilienkartoffeln	Lachswürfel in Spinatsoße _{a,g} Stampfkartoffeln _g	BIO-Brokkoli in holländischer Soße _{a,c,g} BIO-Naturreis	Kürbis-Kokos-Curry-Suppe mit Kartoffeln, Möhren, Kaiserbrötchen _a
			grüne Bohnen	Möhrensalat	Apfelrotkohl	BIO-Bohnen,Möhren,Blumenkohl
	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk		Buttermilchdessert _g / Getränke	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	
07.12 -11.12.2020		Salzkartoffeln	Kartoffeln/Stampfkartoffeln _g	Kartoffeln/BIO-Nudeln _a	Kartoffeln/Bio-Vollkornreis	BIO-Reis/ Kartoffeln
	1	Cevapcici(Geflügel) _a mit Gemüsewürfel(Karotten,Sellerie,Porree) in Petersiliensoße _{a,g}	Gekochtes Ei in Kräutersoße _{a,g,j} (Petersilie,Bärlauch,Schnittlauch)	Putengulasch _a mit Senfgurken _{j,5}	Bauernroulade _{a,c,i,j} mit Majoransoße _a	Hühnerfrikassee mit BIO-Erbsen, BIO-Möhren _{a,g}
	2	Winterlicher Gemüseeintopf, vegetarisch mit Kartoffeln,Möhre,Sellerie,Rosenkohl, Vollkornbrot _{aR}	Sauer eingelegte Bratheringe _{a,2,3} mit Stampfkartoffeln _g	Gemüseschnitzel _a (Mais,Erbse,Möhre) mit Tomatensoße _a BIO-Nudeln	Vegetarische Gyrospfanne mit _{a,f} Tzatziki _g , BIO-Vollkornreis	Vegetarischer Kochklops _{a,c,i} mit Kapernsoße _{a,g} Kartoffeln
		frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Gurkensalat	BIO-Grüne Bohnen	Weißkrautsalat	BIO-Möhren
14.12 -18.12.2020		Vollkornnudeln	Kartoffeln/BIO-Vollkornreis	Kartoffelklöße _{a,c} / Petersilienkartoffeln	BIO-Reis/ Kartoffeln	BIO-Reis/Kartoffelstampf _g
	1	Tomaten-Wurstgulasch(Geflügel) _{a,2,3,8} , Reibekäse _g	Milchreis _g mit Erdbeermus, Zucker&Zimt	Hähnchenklein in Geflügelsoße _a	Fleischkäse _{2,3,8,a} in brauner Senfsoße _{a,j}	Hähnchenbrust natur mit leichter Currysoße _a , Maisgemüse
	2	Vegetarische Kartoffelsuppe mit Möhren, Sellerie und Lauch, Kürbiskernbrötchen _a	Hokifischfilet _a mit Senfsoße _{a,g} BIO-Vollkornreis	Rote Bete-Puffer _a mit BIO-Möhren in Kerbelsoße _{a,g} und Petersilienkartoffeln	Schnittlauchquark _g mit Kartoffeln	Buntes Gemüse (Kohlrabi, Möhren, Erbsen) in holländischer Soße _{a,c,g} , Kartoffelstampf _g
	x	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Rotkrautsalat	BIO-Brokkoli	Gurkensalat	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk
21.12 -23.12.2020		kurze Makkaroni _a	Petersilienkartoffeln/BIO-Vollkornreis	Kartoffeln/Basmatireis	    <small>©www.ClipartsFree.de</small> <small>©www.ClipProject.info</small>	
	1	Soße "Bolognese" _a (Möhre,Sellerie,Porree)	Vanille-Milchnudeln _{a,g} mit Pflaumensoße	Gulasch "Gärtnerin Art"(Möhre,Erbse,Bohne) _a		
	2	Erbseintopf von grünen Erbsen, vegetarisch mit Kartoffelwürfel, Möhren, Sellerie, Porree, Roggenbrötchen _{aR}	Lachswürfel in Gemüse-Senf-Honigsoße(Möhren,Sellerie,Porree) _a BIO-Vollkornreis	Spinat _{a,g} mit Eieromelette _{c,g} Kartoffeln		
		frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Gurken-Paprikasalat	Schokopudding _g / Getränke		
28.12 -30.12.2020	1	Angebot nach Teilnehmerstärke	Angebot nach Teilnehmerstärke	Angebot nach Teilnehmerstärke	<p>Die grün unterlegten Angebote / Komponenten entsprechen dem „DGE – Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ sowie dem "DGE- Qualitätsstandart für die Schulverpflegung" und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.(DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Wenn Ihr durchgehend dieses Menü auswählt und euch mindestens 2 mal pro Woche eine, wie im Schaukasten angebotene Portion vom Obst-Gemüsebüffet nehmt , entspricht Eure Mittags-versorgung den aktuellen Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft und hilft Euch dabei, den ganzen Schultag über leistungsfähig zu sein.</p> 	
	2					
		frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk		