

SPEISEKARTE GRUND-U.MITTELSCHULE UNTERHACHING

DATUM: 11.-15.10.2021

KW: 41



Wochenkarte

MONTAG

VORSPEISE	
FLEISCH/FISCH	Putenragout (G,g,i,j) mit Langkornreis (a,g) und Beilagensalat (g,i,j)
VEGETARISCH	Karotten-Kürbiskernrösti auf Blumenkohlpüree und Beilagensalat (g,i,j)
ALTERNATIVE	
DESSERT / OBST	Maracuja-Joghurt (g)

DIENSTAG

VORSPEISE	
FLEISCH/FISCH	Spaghetti (a) Bolognese (R,i) mit Mixsalat (g,i,j)
VEGETARISCH	Spaghetti (a) mit Tomatensoße (i) und Mixsalat (g,i,j)
ALTERNATIVE	
DESSERT / OBST	Schokokuchen (a,o)

MITTWOCH

VORSPEISE	
FLEISCH/FISCH	Asiatisches Hähnchencurry (G,g,i) mit Reis und Karottensalat (i)
VEGETARISCH	Gemüsechili (i,j) mit Langkornreis und Karottensalat (i)
ALTERNATIVE	
DESSERT / OBST	Fruchtquark (g)

DONNERSTAG

VORSPEISE	
FLEISCH/FISCH	Geflügelschnitzel (G,a,c) mit Kartoffel-Cubes und Beilagensalat (g,i,j)
VEGETARISCH	Apfelstrudel (a) mit Vanillesoße (c,g)
ALTERNATIVE	Rahmgemüse (g,i,j) mit Butterkartoffeln (g) und Beilagensalat (g,i,j)
DESSERT / OBST	Kirschjoghurt (g)

FREITAG

VORSPEISE	
FLEISCH/FISCH	Gebackene Fischnuggets (F,a,c,d) mit Dill-Zitronendip (g), Kartoffelpüree und Mixsalat (g,i,j)
VEGETARISCH	Überbackener Broccoli (a,c) auf Gemüse Couscous (a) und Paprikasoße (g,i,j)
ALTERNATIVE	
DESSERT / OBST	Vanillepudding (g)

ERKLÄRUNG ALLERGENE

a) glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme)
 b) Krebstiere c) Eier d) Fisch e) Erdnüsse f) Soja
 g) Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
 h) Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuß) i) Sellerie j) Senf
 k) Sesamsamen l) Weichtiere m) Lupinen
 n) Schwefeldioxid und Sulfite o) Haselnüsse
 1= Konservierungsstoffe, 2= Farbstoffe,
 3= Antioxidationsmittel, 4= Süßungsmittel, 5= Phosphat,
 6= geschwefelt, 7= Geschmacksverstärker, 8= geschwärzt,
 9= gewachst, 10= gentechnisch verändert,
 F= Fisch, G=Geflügel, R= Rind