

## Speiseplan Sekundarschule Roxel Monat April 2017



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag „Veggie day“	Freitag	
03.04.-07.04.2017	Menü A DGE orientiert	veg. Spätzle-Gemüse-Pfanne (a,c,i) mit Rinderfrikadelle (a,c) und Tomatenkräutersoße (i)	Fit Pizza Salami-Paprika [R](a,g), Salat/rohkost	Seelachs "Mediterran" mit Grilloptik (d,f), dazu helle Cremesoße (a,g,i) und Kartoffeln , Salat/ Rohkost	veg. Kartoffelgemüsetaler mit Haferlockenpanade (a,c), Kartoffeln und Sour Cream (a,c,g,j), Salat/Rohkost	Bolognese als Hähnchenfleisch (a,i) mit Vollkornspiralen (a), Salat/ Rohkost, Tomatenkräutersoße (i)
	Menü B Veg. DGE Orientiert	Linsenbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen (a,c), dazu Kräuterquark (g) und Kartoffeln , Salat/Rohkost	Spaghetti (a) mit Tomaten-Mozzarella-Soße (g), Salat/Rohkost	veg. Kartoffelsuppe mit Gemüse (i), Mehrkornbrötchen (a,k), Salat/Rohkost	veg. Reismüde-Gemüse-Pfanne (a,c), Salat/Rohkost	
	Menü C Trendgericht	Geflügelfrikadelle in süß-saurer Tomatensoße, Paprika (a) mit Spiralen (a), Rohkoststicks	Backfischfilet im Backteig (a,d,g,j), dazu Kartoffelpüree (g) und Möhren "naturell"	Hähnchen-Knusper-Schnitzel (geformt) (a) mit Pommes Frites und Tomatenketchup (i), Salat/Rohkost	Spaghetti (a) mit veg. Käsesoße (a,g,i), Salat/Rohkost	Pfannkuchen mit Blaubeeren (a,c,g) und Vanillesoße (a,g), Rohkoststicks
	Menü D Salat	Salatteller, Mehrkornbrötchen (a,k)	Salatteller, Mehrkornbrötchen (a,k)	Salatteller „Italia“ – mit Thunfisch und Oliven [3] (a,d,e,i)	Hip-Hop-Salat - Bunter Salat mit Croutons (a,c,f,g)	Hirtensalat mit Balkanröllchen [R,S] und Feta (a,c,f,g,k)
10.04.-14.04.2017	Menü A DGE orientiert					
	Menü B Veg. DGE Orientiert	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	Menü C Trendgericht					
	Menü D Salat					
17.04.-21.04.2017	Menü A DGE orientiert					
	Menü B Veg. DGE Orientiert	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	Menü C Trendgericht					
	Menü D Salat					
24.04.-28.04.2017	Menü A DGE orientiert	Fischpfanne "Neptun" (Alaska Seelachsstreifen mit Gemüse und Rahmsoße)(a,d,g,i), dazu Naturreis, Salat/Rohkost	veg. Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße (a,c), Salat/Rohkost	Geflügelbratwurst mit veg. hellbraune Soße (a,g,i), dazu Stampkartoffeln (g), Erbsen und Karotten	Vegetarisches Geschnetzeltes aus Soja in einer hellbraunen Rahmsoße mit Sauerrahm verfeinert (a,c,f,g,i), dazu Naturreis, Salat/Rohkost	
	Menü B Veg. DGE Orientiert	Kartoffeln mit Schale und Kräuterquark (g,i), Buttergemüse (g), Salat/Rohkost	Grünkerngemüsebratung (a,c,g,i) mit Stampkartoffeln (g), Salat/Rohkost	veg. Lasagne mit Gemüse in Tomatensoße (a,g,i) , Salat/Rohkost	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" (a,c), Vollkorn-Spiralen (a), Soße "Gärtnerin" mit Gemüse und Sauerrahm (g,i)	Spiralen (a), Tomatenkräutersoße (i), Veg. Bolognese (a,i), Salat, Rohkost
	Menü C Trendgericht	Hackfleischbällchen [R] in Tomatensugo (a,c,g) mit Spiralen (a), Salat, Rohkost	Hähnchenfleisch in heller Soße (a,g,i) und Langkornreis, Salat, Rohkost	Geflügelfrikadelle (a,c), Soße "Balkan Art" (Tomatensoße, Paprika, Essiggurke) (a,j), dazu Pommes frites , Salat, Rohkost	Spiralen (a) mit Tomatenkräutersoße (i), veg. Käsesoße (a,g,i), geriebener Hartkäse [1,2](g)	Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren (a,c,g,i), dazu Röstlingen und Gemüse-Mix "Ampel"
	Menü D Salat	Frühlingsalat - mit Tomaten und Gemüsenuggets (a,c,f,g,i,j,k)	Schweizer Salat - Kartoffeltaschen und Radieschen (g,i)	Fitness-Salat mit Backfisch und Vollkorntoast (a,c,d,f,g,j)	Salatteller, Mehrkornbrötchen (a,k)	Sportler Salat - Bunter Salat mit Putenstreifen (a,c,f,g,k)
Zusatzstoffe und Allergene laut separatem Aushang! Änderungen vorbehalten!						
HINWEIS: [R] mit Rindfleisch, [S] mit Schweinefleisch, [G] mit Geflügelfleisch Täglich wechselndes Dessert zu allen Menüs						

