

**Klasse:** Bitte bis Donnerstag Mittag bei Fr. Obermüller abgeben (gilt nur für 7/8/9/10)

Speiseplan **28.6. – 1.7.2021**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Unser Küchenteam empfiehlt die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung zertifizierte MenülinieC:\Users\Mart\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Outlook\QMB58MRE\Schule_Essen_Note1_Logo_150dpi.jpg  Menü 1 | Menü 2 | Menü 3 vegetarisch |
| **Montag** | *Tagessuppe***Paprikageschnetzeltes von der Pute** M **mit Reis & Salat***Banane**Trinkwasser aus dem Waldwasserbrunnen* | *Tagessuppe***Paprikageschnetzeltes von der Pute** M **mit Kroketten** M, Su **& Salat***Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* | *Tagessuppe***Pfannkuchen** G , M, Ei*Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* |
| **Dienstag** | *Tagessuppe***Veganes Curry mit Kichererbsen, Linsen, Kokosmilch, und Salat***Melone**Trinkwasser aus dem Waldwasserbrunnen* | *Tagessuppe***Hähnchenschenkel mit Kartoffelbrei** M **und Salat***Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* | *Tagessuppe***Veganes Curry mit Kichererbsen, Linsen, Kokosmilch, und Salat***Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* |
| **Mittwoch** | *Tagessuppe***Grillgemüse (Paprika, Zucchini, Bohnen und Mais)& Ofenkartoffeln und Kräuterquark** M*Vanillequark mit Erdbeeren**Trinkwasser aus dem Waldwasserbrunnen* | *Tagessuppe***Grillteller mit Grillgemüse Paprika, Zucchini, Bohnen und Mais Ofenkartoffeln & Kräuterquark**  M*Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* | *Tagessuppe***Grillgemüse (Paprika, Zucchini, Bohnen und Mais) & Ofenkartoffeln und Kräuterquark** M*Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* |
| **Donnerstag** | *Tagessuppe***Spaghetti** G **mit fruchtiger****Tomatensoße** M, 4, Sel **& Salat***Eis**Trinkwasser aus dem Waldwasserbrunnen* | *Tagessuppe***Spaghetti** G **mit Hackfleischsoße** Sel,4 **vom Rind und Schwein** **& Salat***Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* | *Tagessuppe***Spaghetti** G **mit fruchtiger****Tomatensoße** M, 4, Sel **& Salat***Obst/Joghurt/Müsli**Trinkwasser/Saftschorle* |
|  Das Küchenteam wünscht Euch einen guten Appetit! Kurzfristige Speiseplanänderungen möglich |