

# ABRAXAS – Speiseplan Februar 2018 **Schule**

	<b>M 1 (mit Fleisch und Fisch) zusätzlich Rohkost</b>	<b>M 2 (vegetarisch) zusätzlich Rohkost</b>	<b>und dazu gibt es:</b>
01.02. Do	Gebratener Seelachs <sup>1,5</sup> , Erbsenrahm <sup>1,3,7</sup> , Bio-Reis	Steckrüben-Kokos-Suppe <sup>7</sup> , Mehrkornbaguette <sup>1,10</sup>	frisches Obst
02.02. Fr	Kartoffel-Möhren-Eintopf <sup>7</sup> , Vollkornbrot <sup>1</sup>	Hirsebratling <sup>1,2,3,7</sup> , Apfelrotkohl, Kartoffelpüree <sup>3</sup>	Eis <sup>3</sup>
<b>05.02. Mo</b>	Bio-Penne <sup>1</sup> mit Tomaten-Kräutersoße <sup>1,3,7</sup> und Reibekäse <sup>3</sup>	Wurzelgemüse in Paprikasoße <sup>1,3,7</sup> , Couscous <sup>1</sup>	Frisches Obst
06.02. Di	Asiatisches Curry <sup>3,4,7</sup> mit Bio-Reis	Weißer Bohnen-Eintopf(Karotten,Sellerie,Tomaten) <sup>7</sup> ,Schrippe <sup>1</sup>	Aprikosen-Joghurt <sup>3</sup>
07.02. Mi	Putenbraten, Bratensoße <sup>1,3,7</sup> , Rotkohl, Kartoffelpüree <sup>3</sup>	Vegetarische Lasagne mit Tofuhack <sup>1,3,4,7</sup>	Frisches Obst
08.02. Do	Panierter Seelachs <sup>1,5</sup> , Remouladendip <sup>2,3,7,8</sup> , Bio-Kartoffeln	Nudel-Brokkoli-Auflauf <sup>1,3,7</sup> , Tomatensoße <sup>1,3,7</sup>	Gurkensalat
09.02. Fr	Chili con Carne (Rinderhack) <sup>7</sup> , Fladenbrot <sup>1,10</sup>	Bauernfrühstück <sup>2,3</sup> , Möhren-Salat	Rote Grütze, Vanillesoße <sup>3</sup>
<b>12.02. Mo</b>	Bio-Spaghetti <sup>1</sup> , Sahnesoße mit Putenfleischwürfel <sup>1,3,7</sup>	Möhrenschnitzel <sup>1,2,3,7,10</sup> , Rahmsoße <sup>1,3,7</sup> , Bio-Kartoffeln	Frisches Obst
13.02. Di	Bio-Kartoffeln mit Kräuterquark (mit Leinöl) <sup>3,7</sup>	Minestrone (Gemüse, Nudeln, Kartoffeln) <sup>1,7</sup> , Vollkornbrot <sup>1</sup>	Rote Bete-Salat
14.02. Mi	Klare Brühe mit Buchstabennudeln <sup>1,7</sup> , Grießbrei <sup>1,3</sup> mit Zimtucker	Semmelknödel <sup>1,2,3</sup> mit Pilzragout <sup>1,3,7</sup>	Apfelmus
15.02. Do	Gebr. Seelachs <sup>1,5</sup> , Selleriegemüse in Zitronen-Senf-Soße <sup>1,3,7,8</sup> ,Bio-Reis	Bio-Penne <sup>1</sup> mit Tomatensoße <sup>1,3,7</sup>	Frisches Obst
16.02. Fr	Hähnchengeschnetzeltes <sup>1,3,7</sup> , Bio-Spätzle <sup>1,2</sup>	Gefüllte Paprika (rote Linsen, Hirtenkäse) <sup>1,2,3</sup> ,Soße <sup>1,3,7</sup> ,Bio-Reis	Eis <sup>3</sup>
<b>19.02. Mo</b>	Bio-Farfalle <sup>1</sup> mit Gemüsebolognese <sup>1,3,7</sup>	Käse-Sesam-Kartoffeln <sup>3,10</sup> , Ofengemüse, Kräuterdip <sup>3,7</sup>	Frisches Obst
20.02. Di	Hühnerfrikassee <sup>1,3,7</sup> , Bio-Reis	Bio-Rigatoni <sup>1</sup> , Käsesoße mit Paprikawürfel <sup>1,3,7</sup>	Bananenquarkcreme <sup>3</sup>
21.02. Mi	Rührei <sup>2,3</sup> , Rahmspinat <sup>1,3,7</sup> , Bio-Kartoffeln	Arme Ritter (Brotauflauf) <sup>1,2,3</sup> , Apfelmus	Frisches Obst
22.02. Do	Fischbulette <sup>1,2,3,5</sup> , Nudelsalat mit Möhren und Paprika <sup>1,7</sup>	Reis-Gemüse-Pfanne, Soße <sup>1,3,7</sup>	Orangensaft
23.02. Fr	Käse- Lauchsuppe mit Rinderhack <sup>1,3,7</sup> , Mehrkornbaguette <sup>1,10</sup>	Linsenbratling <sup>1,2,3,7</sup> , Schwarzwurzelragout <sup>1,3,7</sup> , Bio-Kartoffeln	Schokoladenpudding <sup>3</sup>
<b>26.02. Mo</b>	Bunte Bio-Nudeln <sup>1</sup> mit Kräuterfrischkäsesoße <sup>1,3,7</sup>	Polentapizza mit Zucchini, Paprika, Käse <sup>2,3</sup> , Rahmsoße <sup>1,3,7</sup>	Frisches Obst
27.02. Di	Eier in Senfsoße <sup>1,2,3,7,8</sup> , Bio-Kartoffeln	Veg. Frühlingsrolle <sup>1,4,7</sup> , gebratenes Gemüse, Bio-Reis	Zitronen-Joghurt <sup>3</sup>
28.02. Mi	Möhrencremesuppe <sup>1,3,7</sup> , Hefeklöße <sup>1,2,3</sup> mit Vanillesoße <sup>3</sup>	Gnocchi <sup>1,2</sup> , Frischkäsesoße <sup>1,3,7</sup> , Erbsengemüse <sup>3</sup>	Gemügesticks

**Unsere Beilagen Kartoffeln, Reis und Nudeln sind immer in Bio-Qualität.**

**Bei Nudelgerichten ist immer ein Vollkornanteil enthalten.**

**Allergene:**

1 Gluten    2 Ei    3 Milch (Laktose)    4 Soja    5 Fisch    6 Erdnüsse    7 Sellerie    8 Senf    9 Krebstiere  
 10 Sesam    11 Nüsse    12 Schwefeldioxid & Sulfite    13 Lupine    14 Weichtiere    \*Pute    \*\*Huhn    \*\*\*Rind

**Änderungen vorbehalten**

**DE-ÖKO-044**