

ABRAXAS – Speiseplan April 2018 Schule

	M 1 (mit Fleisch und Fisch) zusätzlich Rohkost	M 2 (vegetarisch) zusätzlich Rohkost	und dazu gibt es:
02.04. Mo	Ostermontag	Ostermontag	Ostermontag
03.04. Di	Bio-Spirelli ¹ , Käsesoße mit Möhrenraspel ^{1,3,7}	Couscous ¹ , tomatierte Gemüse-Kichererbsen-Pfanne ⁷	Keks ^{1,2,3}
04.04. Mi	Putengulasch (mit Paprika, Champignons) ^{1,3,7} , Bio-Reis	Zucchini-Kartoffelgratin (mit Mais und Tomaten) ^{1,2,3}	Himbeerjoghurt ³
05.04. Do	Gebratenes Seelachsfilet ^{1,5} , Dillsoße ^{1,3,7} , Bio-Kartoffeln	Vollkorn-Spaghetti ¹ mit Pesto ³	frisches Obst
06.04. Fr	Kartoffelcremesuppe mit Geflügelwursteinlage ^{3,7} , Vollkornbrot ¹	Käsespätzle ^{1,3} , Röstzwiebeln, Tomatensalat	Eis ³
09.04. Mo	Bio-Penne ¹ mit Brokkolirahmsoße ^{1,3,7}	Semmelknödel ^{1,2,3} , Champignonrahm ^{1,3,7}	Frisches Obst
10.04. Di	Bio-Kartoffeln mit Kräuterquark (mit Leinöl) ^{3,7}	Blumenkohlcremesuppe ^{1,3,7} , Vollkornbaguette ¹	Gurkensalat
11.04. Mi	Rinderbulette ^{1,2,3} , Erbsen-Möhren-Rahm ^{1,3,7} , Kartoffelstampf ³	Linsenbratling ^{1,2,3,7} , Schwarzwurzelragout ^{1,3,7} , Bio-Reis	Zitronen-Joghurt ³
12.04. Do	Seelachs in Eihülle ^{1,2,3,5} , Schnittlauchsoße ^{1,3,7} , Bio-Reis	Spinatlasagne ^{1,2,3}	Frisches Obst
13.04. Fr	Weißer Bohnen-Eintopf ⁷ , Vollkornbrot ¹	Eier in Senfsoße ^{1,2,3,7,8} , Bio-Kartoffeln	Milchshake ³
16.04. Mo	Bio-Makkaroni ¹ mit Gemüsebolognesesoße ^{1,3,7}	Bunte Reispfanne (Erbsen, Pilze, Tomaten, Mais), Rahmsoße ^{1,3,7}	Frisches Obst
17.04. Di	Hähnchenbrust, Rahmrosenkohl ^{1,3,7} , Bio-Reis	Pastinaken-Kokossuppe mit Reis	Quarkcreme ³ mit Kirschen
18.04. Mi	Westernpfanne (Kartoffeln, Rindfleisch, grüne Bohnen), Sauerrahmdip ³	Brotauflauf ^{1,2,3} mit Apfelmus und Vanillesoße ³	Feldsalat mit Mandarinen
19.04. Do	Seelachsfilet ^{1,5} , Zitronensoße ^{1,3,7} , Kartoffelpüree ³ mit Erbsen	Falafelbällchen ¹ , Paprikadip ³ , Pitabrot ¹ , Tomaten, Gurken	Frisches Obst
20.04. Fr	Gemüsesuppe mit Nudleinlage ^{1,7} , Vollkornbrot ¹	Blumenkohl, Bio-Kartoffeln, Zwiebelrahm ^{1,3,7}	Grießdessert ^{1,3} , Erdbeersoße
23.04. Mo	Bio-Spaghetti ¹ mit Tomatensoße ^{1,3,7} , Reibekäse ³	Eieromlette ^{2,3} mit Kartoffelpüree ³ und „Baked Beans“	Frisches Obst
24.04. Di	Gebr. Eierreis mit Gemüsestreifen und Hähnchen ^{2,3,7} , Sojasoße ^{1,4}	Kartoffelaufbau mit Paprika und Zucchini in Béchamelsoße ^{1,3,7}	Erdbeerquark ³
25.04. Mi	Gemüsecremesuppe ^{1,3,7} , Milchreis ³ mit Zimtucker	Gnocchi ^{1,3} mit Gemüsegulasch	Kirschkompott
26.04. Do	Seelachsfilet ^{1,5} , Rahmspinat ^{1,3,7} , Bio-Kartoffeln	Sojageschnetzeltes (mit Erbsen, Champignons) ^{1,3,4,7} , Bio-Reis	Frisches Obst
27.04. Fr	Linseneintopf mit Rindfleisch ⁷ , Mehrkornbaguette ^{1,10}	Bio-Farfalle ¹ mit Tofubolognesesoße ⁴	Eis ³
30.04. Mo	Brückentag	Brückentag	Brückentag

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