

Realschule Lerchenberg Monat März 2023

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
27.02.-03.03.2023 KW 9	Menü A	Texashacksteak vom Rind mit Naturreis und Mais,dazu Bratensoße <R>	Fit Pizza Margherita Speziale mit Geflügel-Salami	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße <G>, Eierspätzle	Tortelloni mit Käsefüllung <V>,dazu Tomaten-Mozzarella-Soße <V>	
	Menü B	Veggie-Geschnetzeltes aus Soja in Soße <V> mit Naturreis und Mais	Fit Pizza Margherita	Polenta-Rauten <V>, Salzkartoffeln, Markerbsen, Soße "Gärtnerin Art"	Tortelloni mit Käsefüllung <V>,dazu Tomaten-Mozzarella-Soße <V>	
	Dessert	Frischobst	Frischobst	Frischobst	Dessert	
06.03.-10.03.2023 KW 10	Menü A	Bunter Nudelaufwurf mit Geflügel-Würstchen <G>	Rinderfrikadelle <R>, Kartoffelpüree und Blumenkohl in Soße	Hähnchenschnitzel mit Cornflakes-Panade <G> mit Soße "Jäger Art " dazu Langkornreis	Vegetarische Linsensuppe <V> mit einem Mehrkornbrötchen	
	Menü B	Vegetarischer Nudelaufwurf mit Blumenkohl, Brechbohnen, Karotten und Erbsen <V>	Italienische Gemüse Lasagne <V>	Polenta-Rauten <V>, Langkornreis, Markerbsen, Soße "Gärtnerin Art"	Vegetarische Linsensuppe <V> mit einem Mehrkornbrötchen	
	Dessert	Frischobst	Frischobst	Frischobst	Dessert	
13.03.-17.03.2023 KW 11	Menü A	Rinderhacksteak mit Naturreis und Buttergemüse "naturell",dazu braune Rahmsoße	Mini Ravioli mit Gemüsefüllung <V> mit Tomatensoße "Italia" <V>	Vegetarische Minestrone <V> mit einem Mehrkornbrötchen	Kartoffeltaschen mit Kräuter Frischkäse Füllung,dazu Buttergemüse "naturell" und Kräuterquark	
	Menü B	Süßkartoffel-Herzchen mit Mais und Zucchini <V>, dazu Naturreis, Buttergemüse "naturell" und braune Rahmsoße	Mini Ravioli mit Gemüsefüllung <V> mit Tomatensoße "Italia" <V>	Erbseneintopf "vegetarisch" <V> mit einem Mehrkornbrötchen	Gemüse Maultaschen mit Tomatensoße "Italia" <V>	
	Dessert	Frischobst	Frischobst	Dessert	Frischobst	
20.03.-24.03.2023 KW 12	Menü A	Eieromelette "Natur" <V> mit Salzkartoffeln dazu Rahmspinat	Lasagne mit Rindfleisch Bolognese <R>	Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs <F> mit Kartoffelpüree dazu Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Karotten und Erbsen	Hähnchenfilets "Fresh kick" in feiner Joghurtsoße <G> mit Langkornreis dazu Pariser Karotten	
	Menü B	Nudel-Brokkoli-Aufwurf <V>	Rote-Linsen-Lasagne mit Tomatensoße und Mozzarella überbacken <V>	Gefüllte Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung mit Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Karotten und Erbsen und Kräuterquark	Vegetarisches Schnitzel, paniert <V> mit Langkornreis dazu Pariser Karotten und Braune Rahmsoße	
	Dessert	Frischobst	Frischobst	Dessert	Frischobst	

27.03.-31.03.2023 KW 13	Menü A	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)	Geflügelbällchen in Rahmsoße <G> mit Nudeln und Karotten Scheiben	Nudelauflauf mit Thunfisch-Tomaten-Soße <F>	
	Menü B	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)	Nudeln mit Käsesoße und Karotten Scheiben	Vegetarischer Makkaroniaufauf <V>	
	Dessert	Frischobst	Frischobst	Frischobst	Dessert	

Speiseplan ohne Gewähr. Wir weisen daraufhin, dass die Inhaltsstoffe (Allergene und Zusatzstoffe) der Speisen endgültig am Ort der Speisenausgabe gekennzeichnet sind.