

Anne-Frank-Realschule Monat März 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
27.02.-03.03.2023 KW 9	Menü A	Hot Dog Brötchen mit Geflügel Wiener Würstchen, Röstzwiebeln, Tomatenketchup, Mayonnaise und Pommes	Hähnchenfilets "Fresh kick" in feiner Joghurtsoße <G> mit Langkornreis	Alaska-Seelachsschnitte in feiner Tomatensoße<F> mit Salzkartoffeln	Tortelloni Formaggio, Tomatensoße "Italia" <V>, Hartkäse gerieben
	Menü B	Hot Dog Brötchen mit vegetarischen Würstchen <V>, Röstzwiebeln, Tomatenketchup, Mayonnaise und Pommes	Dampfnudel mit Kruste und Vanillesoße	Reibekuchen "Hausfrauen Art" <V> mit Apfelmarmelade	Tortelloni Formaggio, Tomatensoße "Italia" <V>, Hartkäse gerieben
	Dessert	Dessert	Frischobst	Frischobst	Frischobst
06.03.-10.03.2023 KW 10	Menü A	Pizza "Salami" <G>	Vegetarische Linsensuppe <V> mit einem Mehrkornbrötchen	Rinderbolognese <R> mit Spiralnudeln und geriebenem Hartkäse	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)
	Menü B	Pizza "Margherita" <V>	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln <V>, dazu ein Mehrkornbrötchen	Vegetarische Bolognese <V> mit Spiralnudeln und geriebenem Hartkäse	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)
	Dessert	Frischobst	Frischobst	Frischobst	Dessert
13.03.-17.03.2023 KW 11	Menü A	Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs <F> mit Langkornreis und Erbsen in leichter Soße	Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Salzkartoffeln und Karotten, dazu Bratensoße <R>	Käsesoße dazu bunte Farfalle	Brokkoli Nuggets mit Käsefüllung <V> mit Country Kartoffeln und Kräuterquark
	Menü B	Kartoffeltaschen mit Kräuter Frischkäse Füllung, dazu Buttergemüse "naturell" und Kräuterquark	Gemüsefrikadelle mit Salzkartoffeln und Karotten, dazu helle Cremesoße	Tomaten-Mozzarella-Soße <V> mit bunten Farfalle	Gemüsenuggets <V> mit Country Kartoffeln und Kräuterquark
	Dessert	Frischobst	Dessert	Frischobst	Frischobst
20.03.-24.03.2023 KW 12	Menü A	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)	Hamburger mit Rinderhacksteak <R>, Gurke, Tomate, Eisbergsalat, Tomatenketchup, Mayonnaise und Wedges	Schlemmerfilet Bordelaise mit Kräuterkartoffeln und Rahmspinat	Gemüse-Kartoffel-Rösti <V>, Naturreis, Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Karotten und Erbsen, Braune Rahmsoße
	Menü B	Buntes Buffet (kann alle Allergene enthalten)	Hamburger mit Falafel "Gemüse", Bratling aus Kichererbsen und Gemüse <V>, Gurke, Tomate, Eisbergsalat, Tomatenketchup, Mayonnaise und Wedges	Eieromelette "Natur" <V> mit Kräuterkartoffeln und Rahmspinat	Vegetarische Frühlingsrolle, Naturreis, Sweet Chili-Soße
	Dessert	Frischobst	Frischobst	Dessert	Frischobst

27.03.-31.03.2023 KW 13	Menü A	Kabeljaufilet im Tempura Teig mit Langkornreis und Kaisergemüse aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli,dazu Dillrahmsauce	Tomatensuppe mit Reis <V> mit Baguette Brötchen	Paniertes Hähnchenschnitzel <G> mit Kräuterkartoffeln und Kräuterquark	Überbackener Spätzle-Auflauf mit Brokkoli	
	Menü B	Kartoffeltaschen mit Kräuter Frischkäse Füllung mit Kaisergemüse aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli und Kräuterquark	Milchreis mit Erdbeer-Fruchtsoße oder Zimt & Zucker	Vegetarische Kartoffelpfanne <V> mit Tomatensoße "Italia" <V>	Vegetarisches Chili <V>, Baguette Brötchen	
	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.