

Grundschule Oberwesel Monat Februar 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
30.01.-03.02.2023 KW 5	Tagesmenü GS	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf <V>, Eisbergsalat mit Tomate, Paprika und Gurke, Sonnenblumenkerne, Limettendressing	Jagdwurstgulasch in Tomatensoße <S>, Markerbsen, Vollkorn Penne	Sauerkraut ohne Speck, Semmelknödel, Braune Rahmsoße	Alaska Seelachs nuggets in Kräutermarinade <F>, Kräutersoße, Pariser Karotten, Kartoffeln
	Vegetarisches Menü GS	Chinapfanne mit Kichererbsen, Möhren, Erbsen und Mais <V>, Naturreis	Vollkorn Fusilli, Mediterrane Käsesoße mit Tomaten und Zucchini <V>, Hartkäse gerieben, Chinakohl, Ananas, Sonnenblumenkerne, Limettendressing	Sesam- Karottensticks, Kartoffel-Gemüsestampf	Steckrübeneintopf <V>, Vollkornbrötchen
06.02.-10.02.2023 KW 6	Tagesmenü GS	Eieromelette mit Stampfkartoffeln und Rahmspinat	Hähnchenbrustschnitzel paniert mit Wellenschnittpommes dazu Braune Rahmsoße sowie Erbsen und Karotten	Tortellini mit Ricotta Füllung mit Tomaten-Mozzarella-Soße <V> dazu Blattsalate mit French Dressing	"Weihnachtessen" Putengeschnitzeltes in Brokkoli-Rahmsoße<G> mit Langkornreis
	Vegetarisches Menü GS	Kartoffel-Gemüse-Gratin<V> mit Blattsalate mit Italian Dressing	Veggi-Schnitzel aus Soja mit Wellenschnittpommes und Braune Rahmsoße dazu Erbsen und Karotten	Milchreis <V> mit Rote Fruchtgrütze dazu Zimt & Zucker	Bunte Gemüse-Nudel-Pfanne <V> mit Tomatensoße "Italia" <V>
13.02.-17.02.2023 KW 7	Tagesmenü GS	Hähnchenunterkeulen "Drum Sticks", Frühlingspüree, Brokkoli	Ravioli Carne mit Rindfleischfüllung und Tomatensoße "Italia" <V>,dazu Blattsalate mit Sylter Dressing	Fischhappen im Backteig <F>, Salzkartoffeln, Bio Sauerrahmsoße mit Kräutern, Blattsalate mit French Dressing	Rührei <V>, Salzkartoffeln, Rahmspinat
	Vegetarisches Menü GS	Pfannkuchen mit vegetarischer Bolognese gefüllt <V>, Tomatensoße "Italia" <V>, Blattsalat mit Joghurt Dressing	Erbsensuppe vegetarisch <V>, Kaiserbrötchen	Spaghetti, Tomatensoße "Italia" <V>, Parmesan gerieben, Blattsalate mit French Dressing	Rührei <V>, Salzkartoffeln, Rahmspinat
20.02.-24.02.2023 KW 8	Tagesmenü GS	Rindwurst mit Curry-Ketchup-Soße dazu Wellenschnittpommes	Rindergulasch mit Karottenscheiben in Rahmsoße <R> mit Salzkartoffeln	Spaghetti mit Tomatensoße "Italia" <V> dazu Parmesan gerieben und Blattsalate mit French Dressing	Hähnchenbrustfilet gebraten mit Salzkartoffeln dazu Geflügelrahmsoße und Kaisergemüse aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli
	Vegetarisches Menü GS	Weizen-Currywurst in milder Tomatensoße <V> mit Wellenschnittpommes	Milchreis <V> mit Rote Fruchtgrütze dazu Zimt & Zucker	Spaghetti mit Tomatensoße "Italia" <V> dazu Parmesan gerieben und Blattsalate mit French Dressing	Kartoffel-Gemüse-Gratin<V> mit Blattsalate mit Italian Dressing
27.02.-03.03.2023 KW 9	Tagesmenü GS	Geflügel Hackröllchen "Balkan Art", Naturreis, Soße "Balkan Art"	Alaska Seelachsfilet paniert, Kartoffelsalat, Remoulade, Blattsalate mit Italian Dressing	Hamburger Brötchen, Rinderhacksteak <R>, Wellenschnittpommes, Tomatenketchup, Mayonnaise, Eisbergsalat, Tomate, Salatgurke	Gnocchi <V>, Tomatensoße "Italia" <V>, Blattsalate mit Italian Dressing
	Vegetarisches Menü GS	Blumenkohl-Kartoffelrösti <V>, Sauce à la Hollandaise, Kaisergemüse aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli	Gemüse Knusperbagel aus Blumenkohl, Erbsen, Karotten und Broccoli <V>, Kartoffelspalten mit Schale, Tzatziki, Blattsalate mit Italian Dressing	Hamburger Brötchen, Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" <V>, Wellenschnittpommes, Tomatenketchup, Mayonnaise, Eisbergsalat, Tomate, Salatgurke	Gnocchi <V>, Tomatensoße "Italia" <V>, Blattsalate mit Italian Dressing

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