

Speiseplan

Klasse:
Nachname:
Vorname:

Einrichtung und Lieferort
Waldorfschule
Erich-Weinert-Str.
Potsdam



Hauptgericht		Nachspeise		Hauptgericht		Nachspeise	
Mo. den 11.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Blattspinat mit Röhrei und Salzkartoffeln D,G,A-Dinkel		Obst		Chinesische Gemüsepfanne auf Reis A, G, Soja		Obst	
Di. den 12.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Nudelauflauf mit Gemüse und Käsegratin A,, G, C		Gurkensalat		Spaghetti mit Champi-Käsesauce A, G,		Gurkensalat	
Mi. den 13.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Eierkuchen A-Weizen, G, C,		Apfelmus		Gemüsecouscous mit Joghurdip G,A-Dinkel		Apfelmus	
Do. den 14.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Backfisch, Limettensc., Kartoffeln D, C,		Eisbergsalat mit Zitronen- dressing		Schupfnudeln mit Sauerkraut A-Dinkel, Ei		Eisbergsalat mit Zitronen- dressing	
Fr. den 15.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Kürbiscremesuppe m. Ingwer/Kokos und Brot vegan		Grießpudding G		Brüheis mit buntem Gemüse A, G,		Grießpudding G	
Mo. den 18.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Hähnchenschnitzel "Wiener Art" mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln A, G, 8, 3,		Obst		Ratatouille (medit. Gemüse in T.-Sc. mit Salzkartoffeln A,		Obst	
Di. den 19.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Nudeln mit Sojabolognese A, G, F		Weißkrautsalat mit Möhren		Nudeln mit Sauce "Napoli" - vegan - A-Weizen-		Weißkrautsalat mit Möhren	
Mi. den 20.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Bratwurst mit Bayrischkraut Salzkartoffeln A, G, 8, 3.		Fruchtjoghurt G		Backkartoffeln mit Kräuterquark G,		Fruchtjoghurt G	
Do. den 21.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Grießbrei A, G,		Apfelmus		Semmelknödel mit Rindsgulasch grüne Bohnen A-Dinkel,G,8,3,		Apfelmus	
Fr. den 22.11.2024							
<input type="checkbox"/> Wahlmenü 1	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> Wahlmenü 2	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Pizza veget. - Tomato/Champignon Käsedecke A, G,		Schokopudding G, A		Linseneintopf vegetarisch - vegan -		Schokopudding G, A	