

# Speiseplan

Klasse:  
Name:  
Vorname:

Einrichtung und Lieferort  
Waldorfschule  
Erich-Weinert-Str.  
Potsdam



Hauptgericht		Nachspeise		Hauptgericht		Nachspeise	
<b>Mo. den 25.11.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Chili con Tofu mit Reis		Obst		Blattspinat mit Rührei und Salzkartoffeln		Obst	
A, G, F,				D,G,A-Dinkel			
<b>Di. den 26.11.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Nudeln mit Bolognesesauce		Möhren-Apfel-Rohkost		Bunte Nudeln mit Linsenrahm		Möhren-Apfel-Rohkost	
A, G, 8, 3,				A, G,			
<b>Mi. den 27.11.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Fisch, gebraten, Zitronen-Dillsauce gr. Bohnen + Kartoffelpüree		Eisbergsalat mit Zitronen-dressing		Risi-Bisi Risotto (mit Erbsen/Möhren und Parmesan gekocht)		Eisbergsalat mit Zitronen-dressing	
A-Weizen, G, D				A, G, C,			
<b>Do. den 28.11.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Kichererbsen-Gemüsepfann mit Kräuterreis		Apfelmus		Milchreis		Apfelmus	
ADinkel,G,				Zucker + Zimt			
				G			
<b>Fr. den 29.11.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Tomatensuppe mit Reis + Baguette		Vanillepudding		Süßkartoffel-Kartoffelsuppe		Vanillepudding	
- vegan -		G, A		vegan		G, A	
<b>Mo. den 02.12.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Kartoffelauflauf mit Sauerkraut und Buttermilch		Obst		Rahmkohlrabi mit Räuchertofu, Kartoffelpüree		Obst	
<b>Di. den 03.12.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Jägerschnitzel mit Nudeln und Tomatensauce		Naturjoghurt mit Fruchtdick		Tortellini - Ricotta-Spinat mit Käsesauce		Naturjoghurt mit Fruchtdick	
A, G, 8, 3		G		A-Weizen,G		G	
<b>Mi. den 04.12.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Eieromelette, Sommergemüse und Kartoffeln		Bunter Salat		Backkartoffeln mit Kräuterquark		Bunter Salat	
A,G,C				G,			
<b>Do. den 05.12.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Currywurst mit Kartoffelsalat		Fruchtjoghurt		Bauernfrühstück mit Lauch und Möhre		Fruchtjoghurt	
A, G, 8, 3,		G		A-Dinkel ,G, Ei		G	
<b>Fr. den 06.12.2024</b>							
<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 1</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/> <b>Wahlmenü 2</b>	0 kcal 0 BE		0 kcal 0 BE
Gemüsenudelsuppe nach "Minestroneart" vegan		Grießpudding		Lauchcremsuppe mit Soja-Hack und Sahne		Grießpudding	
		G		A-Dinkel, G, C		G	