

Speiseplan

Klasse:
Name:
Vorname:

Einrichtung und Lieferort
Waldorfschule
Erich-Weinert-Str.
Potsdam



<i>Hauptgericht</i>		<i>Nachspeise</i>		<i>Hauptgericht</i>		<i>Nachspeise</i>	
Mo. den 06.01.2025							
<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
Neujahrsschnitzel "Wiener-Art" vom Huhn, Champignons, Salzkartoffel A-Weizen, G, 8, 3,		Obst		Couscous-Gemüsepfanne A,G,		Obst	
Di. den 07.01.2025							
<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
Makkaroni-Spinat-Auflauf auf Tomatensauce A-Dinkel, G		Eisbergsalat mit Zitronendressing		Nudeln mit Sauce "Napoli" - vegan - A-Weizen-		Eisbergsalat mit Zitronendressing	
Mi. den 08.01.2025							
<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
Matjes " Hausfrauen-Art" (Rahmsc.) Salzkartoffeln G, D,		Gurkensalat		Hefekloss mit Vanillesauce A-Weizen, G,		Gurkensalat	
Do. den 09.01.2025							
<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
Chili con Tofu mit Reis A, G, F,		Weißkrautsalat mit Möhren		Rosmarinkartoffeln mit Kräuterquark G		Weißkrautsalat mit Möhren	
Fr. den 10.01.2025							
<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
tomatige Gemüse-Nudelnsuppe A-Weizen - vegan -		Quarkspeise mit Früchten G,		Weißer Bohneneintopf veg. Mit frischen Kräutern		Quarkspeise mit Früchten G,	
Mo. den 13.01.2025							
<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
Fleischklopse "Königsberger Art" mit Gemüse und Reis		Obst		Semmelknödel mit Rindsgulasch grüne Bohnen A-Dinkel,G,8,3,		Obst	
Di. den 14.01.2025							
<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
Spaghetti mit Spinat-Käsesauce A, G,		Möhren-Apfel-Rohkost		Nudeln " Carbonara" vegetarisch Tofu A, G, F,		Möhren-Apfel-Rohkost	
Mi. den 15.01.2025							
<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
Spinat-Karottenrösti mit Dip A,G,C		Fruchtjoghurt G		Fingermöhren karamelisiert, mit Salzkartoffeln und Dip A,G,		Fruchtjoghurt G	
Do. den 16.01.2025							
<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
Geflügelfrikadelle mit Lauchgemüse Salzkartoffeln		Bunter Salat		Minestrone mit Nudeln A		Bunter Salat	
Fr. den 17.01.2025							
<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 Margherita A, G, C,		Schokopudding G, A		Minestrone mit Nudeln A		Schokopudding G, A	