

Speiseplan

Klasse:
Vorname:
Nachname:

Einrichtung und Lieferort
Waldorfschule
Erich-Weinert-Str.
Potsdam



Hauptgericht		Nachspeise		Hauptgericht		Nachspeise	
Mo. den 24.03.2025							
<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
Milchreis Zucker + Zimt G		Obst		Apfel-Bohnen-Tomatenpfanne mit Salzkartoffeln A, G,		Obst	
Di. den 25.03.2025							
<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
Nudeln mit Sahnegeschnetzeltem von der Pute A, G, 8, 3,		Gurkensalat		Nudeln mit Sojabolognese A, G, F		Gurkensalat	
Mi. den 26.03.2025							
<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
Bratfisch, Blattspinat und Kartoffelpüree A-Dinkel, G		Möhren-Apfel-Rohkost		Graupenrisotto mit getr. Tomaten und Pilzen (mit Parmesan zuber.) G,A-Gerste		Möhren-Apfel-Rohkost	
Do. den 27.03.2025							
<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
Kartoffelauflauf mit Sauerkraut und Buttermilch		Apfelmus		Couscous-Zucchiniurger auf Kartoffelbrei A,G,		Apfelmus	
Fr. den 28.03.2025							
<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
Tomatensuppe mit Reis + Baguette - vegan -		Vanillejoghurt G		Grüne Bohnen-Eintopf - vegan -		Vanillejoghurt G	
Mo. den 31.03.2025							
<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
Ratatouille (medit. Gemüse in T.-Sc. mit Salzkartoffeln A,		Obst		Currygemüse, geröst. Sonnenbl. Ker Kartoffelbrei		Obst	
Di. den 01.04.2025							
<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
Geflügel-Jägerschnitzel mit Nudeln 8,3, A-Dinkel,G		Grüner Salat		Nudeln mit Sauce "Napoli" - vegan - A-Weizen-		Grüner Salat	
Mi. den 02.04.2025							
<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
Backkartoffeln mit Kräuterquark G,		Weißkrautsalat mit Möhren		Eier in milder Senfsauce mit Salzkartoffeln A, G, C, - Preis: 3,95 €		Weißkrautsalat mit Möhren	
Do. den 03.04.2025							
<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
gefüllte Paprikaschote (Hack- fleisch,Reis) mit Tomatensauce, Rei A, G, C, 8, 3,		Apfelmus		Eierkuchen A-Weizen, G, C,		Apfelmus	
Fr. den 04.04.2025							
<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,		Fruchtjoghurt G		Kartoffelgratin mit Blumenkohl A-Dinkel, G		Fruchtjoghurt G	

Speiseplan



Einrichtung und Lieferort
 Waldorfschule
 Erich-Weinert-Str.
 Potsdam



<i>Hauptgericht</i>		<i>Nachspeise</i>		<i>Hauptgericht</i>		<i>Nachspeise</i>	
Mo. den 07.04.2025							
<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 1 "Bauernfrühstück" mit Zwiebel und Saurer Gurke A, , C,	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Obst	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 2 Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln A, G, C,
							0 kcal 0 BE
Di. den 08.04.2025							
<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 1 Nudelauflauf mit Gemüse und Käsegratin A,, G, C	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Möhren-Apfel-Rohkost	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 2 Möhrenspaghetti mit Gemüse-Rahm Sauce A,
							0 kcal 0 BE
Mi. den 09.04.2025							
<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 1 Buntes Rahmgemüse mit Tofu Reis A, G, F,	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Joghurt mit Müsli	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 2 Spätzle mit Gorgonzola-Rahmsauce
							0 kcal 0 BE
Do. den 10.04.2025							
<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 1 Boulette mit Mischgemüse Stampfkartoffeln A,G,C,	kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Eisbergsalat mit Zitronendressing	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 2 Linsen-Kichererbsen Chili mit Reis vegan
							0 kcal 0 BE
Fr. den 11.04.2025							
<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 1 Pizza Salami A,G,8,3,	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Quarkspeise stracciatella G,	0 kcal 0 BE	<input type="checkbox"/>	Wahlmenü 2 Brühereis mit buntem Gemüse A, G,
							0 kcal 0 BE