












September 2020						
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
	DE-ÖKO-037	Kartoffeln	Kartoffeln/Gabelspaghetti _a	Kartoffeln/BIO-Vollkornreis	Stampfkartoffeln _g	
01.09.-04.09.2020	1	  Kaiserschmarrn _{a,c,g} mit Zucker & Zimt, Apfelmus ₃	Bratwurst _{g,j,i} mit Soße _a 	Rindergulasch mit Paprika _a	Cevapcici(Rind) _a mit Tomatensoße _a	
	2	  natürlich essen _a	Gebr.Seelachsfilet mit süß-saurer Soße _a ,Kartoffeln	Gemüse-Käsesoße _{a,g} (Karotte, Sellerie,Lauch, Champignons) Gabelspaghetti _a	Sesam-Karottensticks _{a,i,k} mit Gemüsesoße _{(Sellerie, Lauch, Karotten)a,g} BIO- Vollkornreis	Kürbis-Apfelsuppe mit Kartoffeln und Möhren, Vollkornbrot _{aR}
			Gurkensalat	BIO-Blumenkohl	Weißkrautsalat mit Petersilie	BIO-Maisgemüse
		frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Vanillequark _g / Getränke	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	
07.09.-11.09.2020	1	Milchreis ₃ mit Erdbeermus ₃ , Zucker & Zimt	Spinat _{a,g} mit Eieromelett _{c,g}	BIO-Langkornreis / Kartoffeln	Kartoffeln/Tomaten-Ebly _a	Vollkornnudeln _a 
	2	Weißkohleintopf mit Kartoffeln, Möhre, Tomaten,Sellerie, Kürbiskernbrötchen _a	Heringshappen in Dill-Joghurtsoße _{2,3,9,c,g,j} mit Kartoffeln	Gemüse-Dino (Blumenkohl,Erbse,Karotte) _{a,i} mit Schnittlauchsoße _{a,g} , Kartoffeln	Vegetarischer Gemüsegulasch(Möhre,Sellerie,Champigno ns), Tomaten-Ebly _a	Erbseintopf mit Kasselerwürfel _{2,3,8} , Kartoffeln, Möhren, Sellerie, Lauch. Vollkornbrot _{aR}
			Gurkensalat	Weißkohlsalat	Apfelrotkohl	Veg.Gemüsebolognese (Tomate, Möhre,Sellerie) _a mit Reibekäse _g und Vollkornnudeln _a
		frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Schokoladenpudding _g / Getränke	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	
14.09.-18.09.2020	1	Dillkartoffeln	kurze Makkaroni _g /Kartoffeln	Kartoffeln 	BIO-Reis/Vollkornnudeln _a	Stampfkartoffeln _g
	2	Vegetarische Kartoffelsuppe mit Möhre,Sellerie,Porree und kleinem Roggenbrötchen _A	Tomatensoße mit Geflügeljagdwurstwürfel _{a,2,3,8,j} und Käse _g	Paprikaschote mit Schweinehack gefüllt _{a,i} , Bratensoße _a	Hähnchenbrust Natur mit Curry- Ananassoße _a	Grießbrei _{a,g} mit Pflaumen-Zimtsoße
		Grillfisch(Seelachs) mit Zitronensoße _a , Dill- Kartoffeln	Veg. Kochklopse _{a,f} mit Kapernsoße _{a,g} und Kartoffeln	Minestrone-Suppe (Tomaten,Sellerie,Zucchini) mit Reisnudeln _a ,Kaiserbrötchen _{a,g}	Pasta Napoli (Tomatensoße _a mit Tomatenwürfel und Basilikum)Vollkornnudeln _a dazu Reibekäse _g	Quiona-Erbsenfrikadelle _i mit Gemüsesoße(Möhre,Sellerie,Lauch) _{a,g} , Stampfkartoffeln _g
	Romanesco	Möhrensalat mit Apfelwürfel	BIO-Erbesen	BIO-ErbesenMaisgemüse	Paprikasalat	
	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Erdbeerjoghurt _g / Getränke	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	
21.09.-25.09.2020	1	Gabelspaghetti _a	Kartoffeln/Bio-Vollkornreis	Dillkartoffeln	BIO-Reis/Kartoffeln	Kartoffeln/Stampfkartoffeln _g
	2	Tomaten-Hackfleisch-Bolognese (Möhre ₃ , Sellerie,Lauch) _a mit Reibekäse _g 	Gekochtes Ei in Senfsoße _{a,c,j}	Möhreneintopf mit Kartoffeln, Sellerie, Roggenbrötchen _{a,aR}	Hühnerfrikassee _{a,g} mit BIO-Erbesen und BIO- Möhren	Geflügelbulette _{a,c} mit BIO-Erbesen in heller Soße _{a,g} 
		Grüne Bohneneintopf mit Kartoffeln, Möhren, Sellerie, Mischbrot _{aR}	Veg.Gyrospfanne _{a,f,i,j} mit Tzatziki _g , Bio-Vollkornreis	Paniertes Lachsfilet mit leichter Meerrettichsoße _{a,g} , und Dillkartoffeln	Kräuterquark(Dill,Schnittlauch) _g mit Kartoffeln	Brokkoli-Karotten-Törtchen _{a,c,g} mit BIO- Erbesen in heller Soße _{a,g} und Stampfkartoffeln _g
		Rotkohlsalat	BIO-Brokkoli	Gurkensalat		
	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Rote Grütze,Vanillesoße/ Getränke	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	
28.09.-30.09.2020	1	Kartoffeln	Kartoffeln/Vollkornpenne _a	Kartoffeln		
	2	Pancakes _{a,c,g} mit Apfel-Zimt-Kompott ₃	Hähnchenschnitzel _a mit BIO-Kohlrabi-BIO- Möhren in heller Soße _{a,g}	Weißer Bohneneintopf mit Kartoffeln, Möhre, Sellerie, Porree,Weizenbrot _a	Die grün unterlegten Angebote / Komponenten entsprechen dem „DGE – Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ sowie dem "DGE- Qualitätsstandart für die Schulverpflegung" und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.(DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Wenn Ihr durchgehend dieses Menü auswählt und euch mindestens 2 mal pro Woche eine, wie im Schaukasten angebotene Portion vom Obst-Gemüsebüffet nehmt , entspricht Eure Mittags-versorgung den aktuellen Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft und Euch dabei, den ganzen Schultag über leistungsfähig zu sein. 	
		Schweinegeschnetzeltes mit Senfgurken _{a,j} 	Ratatouille-Gemüse in Tomatensoße _i Zucchini,Paprika,Aubergine) _a mit Reibekäse _g und Vollkornpenne _a	Fischfrikadelle _{a,c,j} mit Dillsoße _{a,g} Kartoffeln		
	BIO-Möhren	Paprika-Weißkohlsalat	BIO-Erbesen, BIO-Möhren			
	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	frisches Gemüse und Obstbüffet / Getränk	Buttermilchdessert/ Getränke			