



Speiseplan Max Brauer Schule



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Currys

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	2	07.01.19	08.01.19	09.01.19	10.01.19	11.01.19
Gericht 1		Rosmarinkartoffeln mit Blumenkohl in Soße (G) dazu Kräuterdip (G)	Frikassee Erbsen und Möhren (G) dazu Parboiled Reis	Gemüse Lasagne vegetarische Lasagne mit frischem Gemüse (A,G) überbacken mit Gouda (G)	Linseneintopf mit Minze dazu Vollkorn Fladenbrot (A,K)	Reibekuchen mit Apfelmus
Gericht 2		Seelachs in Krosspanade (A,D) mit Rosmarinkartoffeln dazu Blumenkohl in Soße <u>oder</u> Kräuterdip (G)	Hühnerfrikassee Hähnchenbrust mit Erbsen und Möhren (G) dazu Parboiled Reis	Ab Klasse 5: Gericht 1 oder Milchreis (G) mit Zimt und Zucker	Linseneintopf mit Minze und Geflügel Klößchen dazu Fladenbrot (A,K)	-
Zusatz-angebot		Pausenhalle: Äpfel / Bananen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Grundschüler: Krunchy Amaranth ***** ab Jahrgang 5: Schockopudding oder ein Stück Obst	Pausenhalle: Äpfel / Bananen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Pausenhalle: Clementinen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: Obst / Knabbergemüse	Ein Stück Obst

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten



Speiseplan Max Brauer Schule



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Currys

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	46	14.01.19	15.01.19	16.01.19	17.01.19	18.01.19
	Gericht 1	Spirelli in Spinat-Schmelzkäse-Soße (A,G) dazu Cherrytomaten	Kartoffel - Blumenkohl - Gratin Kartoffeln und frischer Blumenkohl überbacken mit Gouda (G)	3 Gute Laune Sterne (A,D) mit Kartoffelspalten dazu Ketchup und Mayonaise (C,J)	Gemüsegulasch Champignons, Paprika und Zucchini dazu Penne (A)	Ravioli Pizzaiola (A) in Tomaten-Cassis-Soße dazu Sonnenblumenkerne
	Gericht 2	Spirelli in Brokkolisoße (A,G) dazu Cherrytomaten	Kartoffel - Blumenkohl - Gratin Kartoffeln und frischer Blumenkohl überbacken mit Gouda (G) dazu 3 Fischstäbchen (A,D)	Geflügel Bratwurst mit Kartoffelspalten dazu Ketchup und Mayonaise (C,J)	Rindergulasch mit Paprika dazu Vollkorn Penne (A)	
	Zusatz- angebot	Pausenhalle: Äpfel / Birnen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Grundschüler: Krunchy Dinkel ***** ab Jahrgang 5: Quarkjoghurt mit Krunchy	Pausenhalle: Äpfel / Birnen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Pausenhalle: Honig Melone + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: Obst / Knabbergemüse	Ein Stück Obst

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten



Speiseplan Max Brauer Schule



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Currys

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	4	21.01.19	22.01.19	23.01.19	24.01.19	25.01.19
Gericht 1		Tomatencremesuppe (G) mit geschnittenen Maultaschen (A,C) dazu Fladenbrot (A)	Gelbes Curry Indisches Kokos-Curry mit Chinakohl, Porree und Möhren dazu Parboiled Reis	Rigatoni (A) in Kräutersoße (G) mit Sonnenblumenkernen und Parmesan (G)	Kartoffelsuppe mit vegetarischen Würstchen dazu Vollkorn Baguette (A,K)	Rührei (C) mit Salzkartoffeln und Spinat
Gericht 2		Ab Klasse 5: Gericht 1 oder Bunte Spirelli (A) in Tomaten-Cassis-Soße dazu Sonnenblumenkerne	Gelbes Curry Huhn Indisches Kokos-Curry mit Chinakohl, Porree, Möhren und Hähnchenbrust dazu Parboiled Reis	Rigatoni (A) in Kräutersoße (G) und Seelachswürfel (D) mit Sonnenblumenkernen und Parmesan (G)	Kartoffelsuppe mit Geflügelwiener dazu Baguette (A)	-
Zusatz- angebot		Pausenhalle: Äpfel / Bananen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Grundschüler: Krunchy Schoko ***** ab Jahrgang 5: Vanillepudding (G) oder ein Stück Obst	Pausenhalle: Äpfel / Bananen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Pausenhalle: Ananas + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: Obst / Knabbergemüse	Ein Stück Obst

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten



Speiseplan Max Brauer Schule



Alle Zutaten sind BIO und stehen unter der Kontrolle von DE-ÖKO-034 mit Ausnahme von:

Fisch- und Fleischprodukten, Backwaren und Currys

Alle Fischprodukte sind aus zertifizierter nachhaltiger Fischerei (MSC)

KW	5	28.01.19	29.01.19	30.01.19	31.01.19	01.02.19
	Gericht 1	Pesto-Rosso* Vollkorn Spirelli mit Pesto-Rosso-Sahne-Soße (A,G) dazu Rucola und Cherrytomaten *enthält Cashewnüsse	Vegetarischer Taler mit Bratkartoffeln dazu Buttergemüse (G) <u>oder</u> Ketchup	Milchreis (G) mit roter Grütze oder Zimt und Zucker	Gemüse Lasagne vegetarische Lasagne mit frischem Gemüse (A,G) überbacken mit Gouda (G)	Ferien **** Überraschung aus der Küche
	Gericht 2	Pesto-Verde* Spirelli (A) in Pesto-Verde Sahne-Soße (G) dazu Rucola und Cherrytomaten *enthält Pinienkerne	2 Crispy Fisch (A,D) mit Bratkartoffeln dazu Buttergemüse (G) <u>oder</u> Ketchup	Ab Klasse 5: Gericht 1 oder Pizza Salami	Lasagne Lasagne mit Rinderhack (A,G) überbacken mit Gouda (G)	
	Zusatz- angebot	Pausenhalle: Äpfel / Birnen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Grundschüler: Krunchy Amaranth ***** ab Jahrgang 5: Quarkjoghurt mit Fruchtmus (G)	Pausenhalle: Äpfel / Birnen + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: ein Stück Obst	Pausenhalle: Clementien + Knabbergemüse ***** ab Jahrgang 3: Obst / Knabbergemüse	

A Glutenhaltiges Getreide
B Krebstiere
C Eier

D Fisch
E Erdnüsse
F Soja

G Milchprodukte
H Schalenfrüchte
I Sellerie

J Senf
K Sesamsamen
L Schwefeldioxid und Sulphite

M Lupinen
N Weichtiere

Änderungen vorbehalten