

	Montag 2-sep.	Dienstag 3-sep.	Mittwoch 4-sep.	Donnerstag 5-sep.	Freitag 6-sep.
Vorspeise	Schulfrei	Schulfrei	Gemischter Salat 14	Kalte Karottencreme 2,14	Gazpacho 2,14
Menü 1	Schulfrei	Schulfrei	Mageres Schweinefleisch mit Tomatensauce und Reis	Brathähnchen dazu Ofenkartoffeln	Panierter Hai mit Salat 2,4,5,14
Menü 2	Schulfrei	Schulfrei	Schnitzel mit Kartoffelbrei	Kartoffelgnocchi mit Gemüse und Champignon-Soße	Pizza mit Gemüse, Spinatblätter u. Mozzarella 2,4,7,10,11,12,13,15
Nachspeise			Obst der Saison	Obst der Saison	Joghurt 7
Kcal Gra AcG HdC Azu Pro Sal Fib			818,5 34,9 8,6 100,8 16 20,4 1,1 10,8 544,5 18,8 3,3 52 14,6 39,2 1,1 7,1	453,5 21,7 4,7 34,5 18,2 29,3 1 6,7 758,4 39,3 10,3 76 16,4 24,5 1,8 8,4	538,8 25,5 5,5 38,2 9,5 38,5 1,3 3,6 684,8 33,1 10 67,6 11,4 26,3 1,6 6,1
	9-sep.	10-sep.	11-sep.	12-sep.	13-sep.
Vorspeise	Kalte Tomaten-Basilikum-Cremesuppe	Gurken und Maissalat 14	Lumaconi (Schnecken-Nudeln) mit Tomatensauce 2,4,9,13,15	Caprese-Salat (Tomate, Mozzarella und Basilikum) 7,14	Frühlingsrollen 2, 13, 15
Menü 1	Kasseler dazu Kartoffelbrei und Sauerkraut 7, 9, 13, 15	Fleisch-Cannelloni mit Bechamelsauce 2,4,7,13,15	Panierter Seehecht dazu Salat 2, 4, 5, 14	Kichererbsen sautiert mit Kalbfleisch 15	Gegrilltes Hähnchen dazu Salat 14
Menü 2	Pita-Brot mit Schmalzfleisch 2, 4, 7, 13, 15	Cremespinat mit Spiegelei 2,4,7	Kalbshamburger (ohne Brot) und Kartoffelecken	Currywurst mit Kartoffeln 1, 2, 4, 5, 7, 9, 10, 13, 14, 15	Reis mit Gemüse, Rührei sowie schwarzem Pfeffer 4, 13, 15
Nachspeise	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Joghurt 7
Kcal Gra AcG HdC Azu Pro Sal Fib		634,2 29,6 9,25 68,02 18,9 24 2,5 8,3 435,4 20,6 7,2 41,32 17,9 20,1 1,6 7,4	548,5 16,98 5,53 68,26 18,5 31,13 1,5 8,33 675,7 32,58 11,63 67,56 15,9 28,23 2,5 7,33	587,6 24,8 6,8 85,2 17 36,2 1,2 16,3 532,6 31,8 10,2 25,1 19,2 35,7 1,4 5,4	583,5 28,8 9,2 37,4 14,9 47,04 2 7,1 709,8 33,3 9,8 83,9 19,5 20,9 1,3 6,8
	16-sep.	17-sep.	18-sep.	19-sep.	20-sep.
Vorspeise	Sautierte Erbsen 15	Lauchcreme-Suppe	Gazpacho 2,14	Gedämpfte grüne Bohnen 15	Zucchini-Creme Suppe
Menü 1	Bratwurst dazu Kartoffeln 7,9,13,15	Arroz a la cubana 4	Lendenbraten mit Kartoffelpüree	Hackbraten rote Paprika-Reis-Sauce 2, 4, 7, 9	Panierte Tintenfischringe mit Salat 2,4,7,8,14
Menü 2	Caesar-Salat mit gegrillter Hähnchenbrust 2, 4, 5, 7, 9, 13, 14, 15	Frikadellenbrötchen mit Salat und Radieschen 2, 4, 7, 9, 12, 13, 14, 15	Ratouille manchego mit Wildreis 4	Nudeln mit Gemüse und Basilikum 2,4,9,13,15	Paella mit Gemüse und Hähnchen 15
Nachspeise	Obst der Saison	Obst der Saison	Joghurt 7	Obst der Saison	Obst der Saison
Kcal Gra AcG HdC Azu Pro Sal Fib	645,9 18,9 4,6 73,4 12,8 47,3 1,9 20,1 858,4 43,1 9,2 78,4 14,7 40 2,49 18,3	702,3 30,6 5,4 89,1 12,7 16,35 1,5 6,9 698,4 36,9 10,7 65,6 14,06 24,7 2,9 7,3	496,8 25,2 6,8 31,9 8,8 34,4 1,5 3,2 683,8 25,3 7,6 89,2 12 20,65 1,2 4,2	841,8 60 24,2 47,1 21,54 28,5 2,7 9,3 553,5 17,9 2,8 78 19,4 17,3 0,5 12,9	564,5 37,6 5,6 32,5 13,4 22,5 0,8 6 628,5 20,7 3,8 86,4 15,4 19 0,6 7,2
	23-sep.	24-sep.	25-sep.	26-sep.	27-sep.
Vorspeise	Gazpacho 2,14	Gemischter Salat 14	Sautierter Brokkoli	Salat mit Mais und Gurke	Weißer Bohnensalat 14,15
Menü 1	Panierter Fisch dazu Salat 2,3,5,7,8,9,13,14,15	Pasta Bolognese 2,4,9,13,15	Hühnerfrikasse mit Gemüse und Reis 2,7,15	Kalbfleischragout dazu gebackene Kartoffelstücke	Cous cous mit Puten-Curry 1, 2, 7, 9, 10, 13, 14, 15
Menü 2	Gegrilltes Hühnerfleisch mit Gemüse und gebackenen Kartoffeln 13, 15	Schinken-Käse-Crêpe mit Guacamole 2, 4, 7	Überbackene Auberginen gefüllt mit Gemüse und Quinoa 13,15	Käsespätzle mit Röstzwiebeln 1,2,3,4,5,7,8,9,10,13,15	Tagliatelle mit Käsesoße 2,4,7
Nachspeise	Joghurt 7	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison	Obst der Saison
Kcal Gra AcG HdC Azu Pro Sal Fib	579,9 34,9 7,2 38,8 9,1 26,3 2,6 3,6 605,9 27,7 6,6 58,5 10,4 29,6 1,7 3,8	710,5 38 11,1 61,9 22,3 27,2 1,5 8,9 724,4 35,3 10,9 65,8 16,7 35 3,8 7,2	644,5 24,8 6,3 64,4 19,4 38,2 1 10,7 462,5 20,1 2,8 52,6 16 13,7 0,6 10,9	630,5 39,1 9,3 35,2 18,1 32,1 1,3 7 875,5 30,5 10,3 116,8 20,1 30 1,4 9,3	731,5 17,7 4,5 100,3 16,9 40 0,5 19 886,5 26,3 9,1 125,2 22,8 33,4 1,1 15,9
	30-sep.	1-oct.	2-oct.	3-oct.	4-oct.
Vorspeise	Karottencreme-Suppe				
Menü 1	San Jacobo: Schinken und geschmolzener Käse mit Salat und Mais 1,2,3,4,5,7,8,9,13,14,15				
Menü 2	Kartoffelpuffer mit Apfelmus 2,4				
Nachspeise	Obst der Saison				
Kcal Gra AcG HdC Azu Pro Sal Fib	732,1 54,9 12,3 34,7 18,4 24,2 3 5,3 465,5 24,6 3,9 49,3 20 8,7 0,9 8,7				

Bitte beachten Sie, dass das Brot, das als Beilage in unserem Schulessen serviert wird, Gluten enthält und Spuren von Senf und Soja enthalten kann.

Im Falle einer Nahrungsmittelunverträglichkeit konsultieren Sie bitte die verschiedenen Alternativen für Allergene und Unverträglichkeiten in den spezifischen Menüs. Unsere Küche bietet verschiedene Alternativen für jegliche Unverträglichkeiten.

Kcal: Brennwert; Gra: Gesamtfett; Acg: gesättigte Fettsäure; HdC: Kohlenhydrate; Azu: Zucker; Pro: Eiweiß; Sal: Salz; Fib: Ballaststoff

Nutritionale Bewertung von Laura Isabel Arranz, Ernährungsberater von Gana Nutrición.

Zuordnung der Kennziffern zu den Allergenen

TYP	COD	TYP	COD	TYP	COD	TYP	COD	TYP	COD
Sellerie	1	Eier	4	Milch	7	Schalenfrüchte	10	Soja	13
Glutenhaltiges Getreide	2	Fisch	5	Weichtiere	8	Erdnüsse	11	Sulfid	14
Krustentiere	3	Lupinen	6	Senf	9	Sesam	12	Hülsenfrüchte	15