

Speiseplan (frisch gekocht) Herigoyen Grund- und Mittelschule Sulzbach am Main  
25.09. – 22.02.2024

### **25.-28.09.2023**

Mo: Käsespätzle und Gurkensalat, Erdbeerpudding

Di: Lasagne und Tomatensalat, Schokoladenjoghurt mit Schokostreuseln

Mi: Ofen-Spirelli alla Mama und Bauernsalat, Grießbrei mit Zimt + Zucker

Do: Fish´n´Chips mit Kräuterquarkdip und Weißkohlsalat, Obst

### **02.-05.10.2023**

Mo: Spaghetti mit Tomatensoße und Eisbergsalat, Gewürzapfel mit griechischem Joghurt <sub>Mi</sub>

Di: Feiertag

Mi: Kartoffelgulasch und Gurkensalat, Obst

Do: Bulgur mit Hähnchenschenkel, Tomatensoße und Tomatensalat, Schokopudding

### **09.-12.10.2023**

Mo: Chicken Nuggets, Ofenkartoffelecken mit Sourcream und Schwedensalat, Trauben

Di: Backfisch mit Salzkartoffeln und Dillsoße, Götterspeise mit Vanillesoße

Mi: Reis-Gemüse-Pfanne, Erdbeercreme

Do: Gemüse-Cremesuppe, Dampfnudeln mit Vanillesoße

### **16.- 19.10.2022**

Mo: Bratkartoffeln mit Omelett und gemischter Salat, Vanillepudding

Di: Karotten-Hähnchen mit Reis und Gurken-Radieschen-Salat, Grießbrei mit Aprikosenmus

Mi: Nudleintopf mit Kichererbsen und Brot, Lafers Marmorkuchen

Do: Kartoffel-Rinderhackfleisch-Auflauf und griechischer Salat, Eis

### **23.-26.10.2023**

Mo: Spätzle mit Rahmsoße und Weißkohlsalat, Apfelmus-Müsli

Di: Kartoffel-Karottencremesuppe, Quark-Grieß-Pfirsich-Auflauf

Mi: Geflügelschinkennudeln mit Tomatensalat, Süßes Gebäck

Do: Backfisch mit Remoulade, Salzkartoffeln und Rettich-Gurken-Salat, Obst

### **06.-09.11.2023**

Mo: Vollkornspaghetti mit Tomatensoße und Eisbergsalat, Milchreis mit Obst

Di: Linseneintopf mit Geflügelwienerle und Brötchen, Schaumkuss

Mi: Gebratene Nudeln mit Ei, Gemüse und gemischter Salat, Schokopudding

Do: Kartoffelbrei mit Geflügelbratwurst und Sauerkraut, Waldbeeren-Tiramisu

### **13.-16.11.2023**

Mo: Kürbissuppe, Milchreis mit Kirschgrütze

Di: Geflügelschnitzel mit Ofenkartoffeln und Gemüse, Aprikosencreme

Mi: Wikingertopf mit Bulgur, Obst

Do: Vollkornnudelaufwurf mit Sahnesoße und Tomatensalat, Banane

### **20.-23.11.2023**

Mo: Makkaroni mit Gemüse-Bolognese und Chinakohl-Orangen-Salat, Stracciatellajoghurt

Di: Kartoffelbrei mit Vollkornfischstäbchen und Rahmspinat, Wackelpudding mit Vanillesoße

Mi: Buss- und Betttag

Do: Nudelsuppe, Süße Gnocchi mit Zimtkirschen

### **27.-30.11.2023**

Mo: Tortellini mit Sahnesoße und griechischer Salat, Mandarinenquark

Di: Flädlesuppe mit Rinderhackfleisch und Baguette, Milchreis mit Obst

Mi: Nudel-Quark-Auflauf und Eisbergsalat, Apfelringe mit Vanillesoße

Do: Kartoffel-Rinderhackfleisch-Auflauf und gemischter Salat, Erdbeertraum

### **04.-07.12.2023**

Mo: Cremesuppe, Milchreis mit Zimt, Zucker und Apfelmus

Di: Vollkornspaghetti mit Rinderbolognese und Tomatensalat, Obst

Mi: Pizza und gemischter Salat, Schokoquark

Do: Fisch-Kartoffel-Auflauf und, Mango-Sahne-Creme

### **11.-14.12.2023**

Mo: Mamas Gemüseintopf mit Baguette, Trauben

Di: Rindfleischbuletten nach Tim Mälzer mit Kartoffelbrei und Rahmwirsing, Obst

Mi: Schupfnudeln mit Käse-Sahne-Soße und Rotkohl-Salat, Apfeltiramisu

Do: Gemüselasagne und Tomatensalat, Grießbrei mit Aprikosenmus

### **18.-21.12.2023**

Mo: Gemüsecurry mit Reis, Waldbeeren-Creme

Di: Geflügelwürstchen-Gulasch mit Kartoffelbrei und Schwedensalat, Trauben

Mi: Fusilli tricolore mit Tomatensoße und Eisbergsalat, Joghurt mit Obst

Do: Gemüse-Kartoffelaufbau und Gurkensalat, Eis

### **08.-11.01.2024**

Mo: Ofenkartoffeln mit Dip und Gurkensalat, Schokopudding

Di: Nudeln mit weißer Bolognese und Tomatensalat, Muffins

Mi: Tomatensuppe, Kaiserschmarrn mit Vanillesoße

Do: Fischstäbchen mit Kartoffeln, Dillsoße und Chinakohl-Salat, Wackelpudding mit Vanillesoße <sub>Mi</sub>

### **15.-18.01.2024**

Mo: Ofen Tortellini alla panna und Tomaten-Salat, Erdbeerjoghurt

Di: Bauerneintopf, Grießbrei mit Aprikosensoße

Mi: Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Eisbergsalat, Schokojoghurt mit Schokostreusel

Do: Kartoffelaufbau und griechischer Salat, Obst

### **22.-25.01.2024**

Mo: Spaghetti mit Tomatensoße und Bauernsalat, Stacciatellajoghurt

Di: Backfisch mit Salzkartoffeln, Dillsoße und Gurkensalat, Wackelpudding mit Vanillesoße

Mi: Käse-Spätzle-Aufbau und Eisbergsalat, Grießbrei mit Zimt + Zucker

Do: Geflügelschnitzel mit Bulgur und Erbsen-Möhrengemüse, Obst

### **29.01- 01.02.2024**

Mo: Gnocchi mit Rahmsoße und Tomatensalat, Schokojoghurt

Di: Kartoffel-Karottencremesuppe, Quark-Grießaufbau mit Apfelmus

Mi: Hühnerfrikassee mit Reis, Obst

Do: Geflügelschinkennudeln mit Sahnesoße und gemischter Salat, Milchreis mit Zimt + Zucker

**05.-08.02.2024**

Mo: Nudelauflauf und Eisbergsalat, Trauben

Di: Gemüselasagne mit Tomatensalat, Vanillepudding

Mi: Bratkartoffeln mit Omelett und Weißkohlsalat, Eis

Do: Geflügelcordon bleu mit Bulgur, Soße und Romana-Salat, Schaumkuss

**19.-22.02.2024**

Mo: Reis-Gemüse-Pfanne, Erdbeercreme

Di: Fischstäbchen, Kartoffelbrei und Karotten-Kohlrabi-Gemüse, Schokopudding

Mi: Kartoffel-Möhreneintopf und Gurkensalat, Karamellpudding

Do: Hähnchenschenkel mit Bulgur, Rahmsoße und Salat, Waldbeeren-Tiramisu