

Speiseplan (frisch gekocht) Herigoyen Grund- und Mittelschule Sulzbach am Main
10.09.2024 – 30.01.2025

10.-12.09.2024

Mo: **Ferien**

Di: Lasagne und Tomatensalat, Schokoladenjoghurt mit Schokostreuseln

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

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

16.-19.09.2024

Mo: Spaghetti mit Tomatensoße und Eisbergsalat, Schokoladenjoghurt

Di: Gnocchi mit Käsesoße und Chinakohl-Gurkensalat, Eis

Mi: Kartoffelgulasch mit Wiener und Bauernsalat, Obst

Do: Bulgur mit Geschnetzeltes und Tomatensalat, Schokopudding

23.-26.09.2024

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

Di: Backfisch mit Salzkartoffeln und Dillsoße, Götterspeise mit Vanillesoße

Mi: Gebratene Nudeln mit Ei, Gemüse, Erdbeercreme

Do: Tomatensuppe, Dampfnudeln mit Vanillesoße

30.09.- 03.10.2024

Mo: Bratkartoffeln mit Omelett und Eisbergsalat, Vanillepudding

Di: Kartoffel-Rinderhackfleisch-Auflauf und griechischer Salat, Grießbrei mit
Obst/Zimt und Zucker

Mi: Fusilli tricolore mit Tomatensoße, Lafers Marmorkuchen

Do: **Feiertag**

07.-10.10.2024

Mo: Spätzle mit Rahmsoße und Weißkohlsalat, Stracciatellajoghurt

Di: Tomatensuppe, Quark-Grieß-Auflauf

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

Do: Geflügelschinkennudeln mit Tomatensalat, Süßes Gebäck

14.-17.10.2024

Mo: Vollkornspaghetti mit Tomatensoße und Eisbergsalat, Milchreis mit Obst/Zimt und Zucker

Di: Salzkartoffeln mit Geflügelbratwurst und Sauerkraut, Waldbeeren-Tiramisu

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

Do: Linseneintopf mit Geflügelwienerle und Brötchen, Schaumkuss

21.-24.10.2024

Mo: Kürbissuppe, Milchreis mit Kirschgrütze

Di: Geflügelschnitzel mit Ofenkartoffeln und Gemüse, Aprikosencreme mit Schokostreusel

Mi: Wikingertopf mit Bulgur, Obst

Do: Vollkornnudelaufbau mit Sahnesoße und Tomatensalat, Banane

04.- 07.11.2024

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

Di: Salzkartoffeln mit Vollkornfischstäbchen und Rahmspinat, Wackelpudding mit Vanillesoße

Mi: Möhren-Erbesen-Hähnchen mit Reis, Grießbrei mit Obst/Zimt und Zucker

Do: Nudelsuppe, Kaiserschmarrn mit Vanillesoße

11.-14.11.2024

Mo: Tortellini mit Sahnesoße und griechischer Salat, Mandarinenquark

Di: Flädlesuppe mit Rinderhackfleisch und Baguette, Milchreis mit Obst/Zimt und Zucker

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

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

18.-21.11.2024

Mo: Tomatensuppe, Milchreis mit Zimt, Zucker und Apfelmus

Di: Vollkornspaghetti mit Rinderbolognese und Tomatensalat, Obst

Mi: **Feiertag**

Do: Pizza und gemischter Salat, Schokoquark

25.-28.11.2024

Mo: Gemüseintopf mit Baguette, Trauben

Di: Rindfleischbuletten mit Salzkartoffeln und Rahmwirsing, Obst

Mi: Schupfnudeln mit Käse-Sahne-Soße und Eisbergsalat, Vanillepudding

Do: Gemüselasagne und Tomatensalat, Grießbrei mit Obst/Zimt und Zucker

02.-05.12.2024

Mo: Gemüsecurry mit Reis, Waldbeeren-Creme

Di: Geflügelwürstchen-Gulasch mit Salzkartoffeln und Schwedensalat, Trauben

Mi: Gemüse-Kartoffelaufbau und Gurkensalat, Eis

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

09.-12.12.2024

Mo: Ofenkartoffeln mit Dip und Gurkensalat, Schokopudding

Di: Nudeln mit weißer Bolognese und Tomatensalat, Schokomuffins

Mi: Fischstäbchen mit Kartoffeln, Dillsoße und Chinakohl-Salat, Wackelpudding mit Vanillesoße

Do: Tomatensuppe, Kaiserschmarrn mit Vanillesoße

16.-19.12.2024

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

Di: Bauerneintopf, Grießbrei mit Obst/Zimt und Zucker

Mi: Kartoffelaufbau und griechischer Salat, Obst

Do: Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Eisbergsalat, Schokojoghurt mit Schokostreusel

06.-09.01.2025

Mo: **Feiertag**

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

Mi: Geflügelschnitzel mit Bulgur und Erbsen-Möhrengemüse, Obst

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

13.-16.01.2025

Mo: Gnocchi mit Rahmsoße und Tomatensalat, Schokojoghurt

Di: Tomatensuppe, Quark-Grießauflauf mit Apfelmus

Mi: Hühnerfrikassee mit Reis, Obst

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

20.-23.01.2025

Mo: Nudelaufbau und Eisbergsalat, Trauben

Di: Gemüselasagne mit Tomatensalat, Vanillepudding

Mi: Bratkartoffeln mit Omelett und Weißkohlsalat, Eis

Do: Geschnetzeltes mit Bulgur (Rahmsoße) und Salat, Waldbeeren-Tiramisu

27.-30.01.2025

Mo: Gebratene Nudeln mit Ei, Gemüse, Erdbeercreme

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

Mi: Kartoffel-Möhreneintopf und Gurkensalat, Karamellpudding

Do: Wikingereintopf mit Bulgur und Romana-Salat, Schaumkuss