

Essen – Speiseplan



Einhard-Schule Steinbach (Woche 47)

Montag 18.11.	Dienstag 19.11.	Mittwoch 20.11.	Donnerstag 21.11.	Freitag 22.11.
Polentataschen ^{M,Ei} mit Spinatfüllung Tomatensauce ^{Wz} Vollkornnudeln ^{Wz} Erdbeerjoghurt ^M	Schlemmerfilet vom Seelachs ^{Wz} Salzkartoffeln Blattsalat Joghurtdressing Frischobst	Kartoffelgratin ^{Wz,M,Ei} Karottensalat Schokopudding ^M	Hackfleischsauce Reis Krautsalat Kirschquark ^M	-----

Die Saucen sind alle vegetarisch. Standarddressing zu Blattsalat ist Essig-Öldressing.
Desserts beinhalten maximal 6g Zucker pro 100 g Dessert.