

SPEISEPLAN

Kd-Nr. 820 Dekan-Ernst-Schule

vom 10.12.2018 bis 14.12.2018 KW 50

Plan 6

 SUPPENTOFF

Montag

Tomatencreme-
suppe (c;l;s)

Dienstag

Linsensuppe
(b;c;g1,3;l;s)

Mittwoch

Klare Brühe mit Reis
& Gemüse (c;s)

Donnerstag

Gemüsecreme-
suppe (c;l;s)

Freitag

Zucchini - Karotten
suppe (c;l;s)



Rahmkartoffeln (c;l;s)
mit 1 Stück
Gemüseburger (e;g1)

Kcal 329 - F 18g - E 11g - KH 44g



veget. Schnitzel "Gouda"
(5)(e;g1,4;l), Kürbis-
sauce (c;l;s) & Püree(l),
Rohkoststicks

Kcal 393 - F 15g - E 18g - KH 43g

NEU Pfanne Gemüse-
maultasche mit Ei (e;g1;s)
mit Tomatensauce (c;s)
Salat v. BIO-Blattsalat (c;l)

Kcal 415 - F 21g - E 19g - KH 60g

Veget. Chili - Topf
(mild) mit Kidney-
bohnen (b;c;g1,3;s;m) &
1 Stk. Ciabatta (b;g1;l)

Kcal 299 - F 4g - E 11g - KH 54g

1 Stück gefüllte
Zucchini (l)
mit Reis und
Currysauce (b;c;l;s)

Kcal 338 - F 6g - E 8g - KH 62g



"Penne" Nudeln (g1;s),
Bolognese (Rind)(c;g1,3;s),
geriebener Käse(l)
Eisbergsalat(c,l)

Kcal 543 - F 20g - E 25g - KH 68g

1 Stück Dampfnudel
(e;g1;l)
mit Vanillesauce (l),
Linsensuppe (b;c;g1,3;l;s)

Kcal 406 - F 10g - E 12g - KH 67g

pan. Seelachsfilet (MSC)
(f;g1), hausg. Remoulade
(6)(c;e;l;m), Kartoffeln,
Salat v. BIO-Blattsalat (c;l)

Kcal 417 - F 23g - E 15g - KH 37g

Hähnchengulasch
"Curry" (b;c;l;s)
mit Basmatireis und
Endiviensalat (c;l)

Kcal 406 - F 10g - E 12g - KH 67g

Hähnchengyros mit
Rohkostsalat (c;l),
Joghurt-Dip(6)(c;l;m)
1 Stk. Ciabatta (b;g1;l)

Kcal 429 - F 13g - E 39g - KH 39g

 Desserts

Bio-Apfel
(nach Vertugbarkeit)

Frisches Obst

Frisches Obst

Donut (b;e;g1;l) (5)

Kcal 188 - F 10g - E 4g - KH 22g

Joghurt - Dessert
"Kirsch" (l)

Kcal 78 - F 3g - E 4g - KH 15g

Ihr BVS-Team wünscht guten Appetit!



Unser Betrieb
ist EU-zertifiziert.

