

Karl-Drais-Schule 09.01. - 15.01.



|                     | <u>Fleisch/Fisch</u>   | <u>Vegetarisch</u>   | <u>Gemüse</u>   | <u>Beilagen/Soßen</u>  | <u>Dessert</u>   |
|---------------------|--|--|---|--|--|
| <b>Mo</b><br>09.01. | Überraschungsbuffet  |  | Salat vom Buffet  |  | Dessertauswahl<br>G, M, Me, La                           |
| <b>Di</b><br>10.01. | BURGER TAG<br>Rinderhacksteak<br> G, G1, Ei   | Mini-Karotten-Ecke; mit<br>Knusperpanade<br> G, G1, G3, M, Me, La                     | Grüne Bohnen "naturell"<br>Salat vom Buffet<br> | Hamburger Brötchen<br>Roggenbrötchen<br>Kräuterkartoffeln<br>Ketchup <sup>10</sup><br>G, G1  | Joghurt Natur<br>Joghurt mit Frucht<br>Obst<br>M, Me, La |
| <b>Mi</b><br>11.01. | Veggie Gulasch "new classic"; aus Soja- und Weizen<br>in cremiger Soße<br> G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La                |  | Gemüseauswahl   | Makkaroni<br>Tomatensoße à la Italia<br>Parmesan <sup>2</sup><br> G, G1, S, M | Eis Becher<br>Obst<br>M, Me, La                          |
| <b>Do</b><br>12.01. | Goldbraun paniertes Alaska-Seelachs   (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Knusperpanade <sup>3</sup><br> G, G1, Fi | Robins Ofengenuss   Nudel-Käse-Auflauf mit crunchy Topping<br> G, G1, M, Me, La, Sn | Brokkoli "naturell"<br>Rohkost<br>            | Tomatenvollkornreis<br>Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste"<br>Mehrkornbrötchen<br>Remoulade <sup>3</sup><br>S, G, G1, G2, G3, G4, M, Sf, Se, Ei, Sn           | Obstsalat  |
| <b>Fr</b><br>13.01. | Mensa geschlossen  | Mensa geschlossen  | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen  | Mensa geschlossen  |

Karl-Drais-Schule 16.01. - 22.01.



|                     | <b>Fleisch/Fisch</b>  | <b>Vegetarisch</b>  | <b>Gemüse</b>                              | <b>Beilagen/Soßen</b>   | <b>Dessert</b>                                      |
|---------------------|---|---|--|---|---|
| <b>Mo</b><br>16.01. | Seelachs, gebraten (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)<br>Fi | Kartoffelgratin<br>G, G1, M, Me, La, S  | Möhren "naturell"<br>Salat vom Buffet<br>  | Bunte Farfallnudeln<br>Basmatireis<br>Dillrahmsoße<br>Mehrkornbrötchen<br>G, G1, M, Me, La, S, G2, G3, G4, Sf, Se | Müsli Riegel<br>Obst<br>G, G1, G3, E, M, Me, La, Sf |
| <b>Di</b><br>17.01. | HOT DOG TAG<br>Geflügelbrühwürstchen 20, 3<br>              | Veggie-Currywurst; aus Soja und Weizen; in milder Tomatensoße<br>G, G1, Ei, (E), Sb, Sn | Grüner Gemüsemix "naturell"<br>Rohkost<br> | Hot Dog Brötchen<br>Vollkornbrötchen<br>Steakhouse frites<br>Ketchup 10<br>G, G1, G3, G4, (E), (Sf)               | Quark mit Frucht 10<br>Obst<br>M, Me, La            |
| <b>Mi</b><br>18.01. | Feinschmecker Reibekuchen<br>G, G1, Ei                      |   | Gemüseauswahl                              | Gnocchi<br>Rote Linsen-Bolognese mit Möhre und Zucchini<br>Apfelmus 3, 10<br>G, G1                                | Dessertauswahl<br>G, M, Me, La                      |
| <b>Do</b><br>19.01. | Geflügel-Cevapcici saftige Geflügelhackfleischröllchen<br>  | Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße<br>G, G1, Ei  | Erbsen<br>Salat vom Buffet<br>             | Salzkartoffeln<br>Gabel-Spaghetti<br>Soße für Geflügel (BIO)<br>Parmesan 2<br>G, G1, M, Me, La, S                 | Obst  |
| <b>Fr</b><br>20.01. | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen                          | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen                                   |

Karl-Drais-Schule 23.01. - 29.01.



|                     | <u>Fleisch/Fisch</u>  | <u>Vegetarisch</u>                                  | <u>Gemüse</u>   | <u>Beilagen/Soßen</u>   | <u>Dessert</u>  |
|---------------------|---|---|---|---|---|
| <b>Mo</b><br>23.01. | Gulaschsuppe "Hausmacher Art" mit Rindfleisch<br>🍴 G, G1                                  | Vegetarische Kartoffelsuppe<br>🌿 🍴 S                | Salat vom Buffet  | Mehrkornbrötchen<br>Weizenbrötchen<br>G, G1, G2, G3, G4, M, Sf, Se                            | Mini Berliner<br>Obst<br>🌿 G, G1, Ei, (M), (Me), (La), (Sf) |
| <b>Di</b><br>24.01. | SCHNITZEL TAG<br>Paniertes Putenschnitzel<br>🍴 G, G1                                      | Veggie-Schnitzel; aus Soja<br>🌿 🍴 G, G1, Sb         | Brokkoli "naturell"<br>Rohkost<br>🌿                           | Kartoffelpüree<br>Hörnchen-Nudeln<br>Braune Rahmsoße<br>🌿 M, Me, La, G, G1, S                 | Apfelpause ohne Zuckerzusatz <sup>3</sup>                   |
| <b>Mi</b><br>25.01. | Pizza-Schnitte "Margherita"<br>🌿 G, G1, (K), (Fi), (Sb), M, Me, La, (Sf), (S), (Sn), (Se) |   | Salatauswahl  |   | Dessertauswahl<br>G, M, Me, La                              |
| <b>Do</b><br>26.01. | Panierte Fischstäbchen; aus nachhaltiger Fischwirtschaft<br>🍴 G, G1, Fi                   | Gemüselasagne à la Italia<br>🌿 G, G1, Ei, M, Me, La | Möhren in Sahnesoße<br>Salat vom Buffet<br>🌿 G, G1, M, Me, La | Kräuterkartoffeln<br>Langkornreis<br>Kartoffelsalat<br>Remoulade <sup>3</sup><br>Ei, M, S, Sn | Milch<br>Obst<br>M, Me, La                                  |
| <b>Fr</b><br>27.01. | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen                                   | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen   |

Karl-Drais-Schule 30.01. - 05.02.



|                     | <b>Fleisch/Fisch</b>   | <b>Vegetarisch</b>  | <b>Gemüse</b>                                 | <b>Beilagen/Soßen</b>  | <b>Dessert</b>                             |
|---------------------|--|---|---|--|--|
| <b>Mo</b><br>30.01. | Geflügelbällchen in<br>Rahmsoße<br>🐔 G, G1, M, Me, La, S, Sn | Veggie-Bällchen classic; auf<br>Soja- und Weizenbasis<br>🌿 G, G1, Ei, (E), Sb | Möhren (BIO)<br>Salat<br>🌿                    | Naturreis<br>Spiralnudeln<br>Tomatensoße à la Italia<br>🌿 🍷 G, G1, S   | Joghurt Drink<br>Obst<br>M, Me, La         |
| <b>Di</b><br>31.01. | Rindsbratwürstchen <sup>3</sup><br>🐖                         | Kartoffelrösti<br>🌿 🍷   | Grüne Bohnen "naturell"<br>Rohkost<br>🌿       | Stampfkartoffeln<br>Vollkorn-Pennnudeln<br>Braune Rahmsoße<br>Apfelmus <sup>3, 10</sup><br>M, Me, La, G, G1, S | Obstsalat                                  |
| <b>Mi</b><br>01.02. | Überraschungstag   |   | Gemüseauswahl                                 |  | Dessertauswahl<br>G, M, Me, La             |
| <b>Do</b><br>02.02. | VEGGI TAG<br>Rührei<br>Ei, M, Me, La                         | Gebratene Schupfnudeln<br>🌿 G, G1, Ei   | Rahmspinat<br>Salat vom Buffet<br>🌿 M, Me, La | Petersilienkartoffeln<br>Hörnchen-Nudeln<br>Roggenbrötchen<br>Apfelmus <sup>3, 10</sup><br>G, G1               | Pudding <sup>10</sup><br>Obst<br>M, Me, La |
| <b>Fr</b><br>03.02. | Mensa geschlossen  | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen                             | Mensa geschlossen  | Mensa geschlossen                          |

Karl-Drais-Schule 06.02. - 12.02.



|                     | <b>Fleisch/Fisch</b>  | <b>Vegetarisch</b>   | <b>Gemüse</b>  | <b>Beilagen/Soßen</b>   | <b>Dessert</b>   |
|---------------------|---|--|--|---|--|
| <b>Mo</b><br>06.02. | Lasagne Bolognese<br>🍴 G, G1, Ei, M, Me, La, S  | Eieromelette "Natur"<br>🌿 Ei, M, Me, La  | Grüner Gemüsemix "naturell"<br>Salat vom Buffet<br>🌿 | Kartoffelpüree<br>Vollkorn-Pennenudeln<br>Käsesoße<br>🌿 M, Me, La, G, G1, S   | Joghurt mit Frucht<br>Joghurt Natur<br>Obst<br>M, Me, La |
| <b>Di</b><br>07.02. | <b>DÖNER TAG</b><br>Hähnchen-Döner Kebab;<br>aus Hähnchenkeulenfleisch<br>🍴 (G), Ei, (Sb), M, Me, La, S, (Sn) | Gemüsenuggets paniert<br>🌿 G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se   | Buntes Gemüse "naturell"<br>Salat vom Buffet<br>🌿    | Pita-Brötchen; kleines Fladenbrot aus Weizenmehl<br>Langkornreis<br>Tomatensoße à la Italia<br>Tzatziki 2<br>G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), S, Ei, M, Me, La, Sn | Wackelpudding 10<br>Obst<br>🍴                            |
| <b>Mi</b><br>08.02. | Überraschungsbuffet   |  |  |   | Dessertauswahl<br>G, M, Me, La                           |
| <b>Do</b><br>09.02. | Hähnchenunterkeulen "Drum Sticks"<br>🍴  | Power Flower Pasta; Gabelspaghetti mit Gemüse und Edamer in einer Blütenform<br>🌿 G, G1, G4, M, Me, La | Erbsen<br>Rohkost<br>🌿                               | Tomatenvollkornreis<br>Pommes frites<br>Ketchup 10<br>Majonaise<br>🍴 S, Ei, Sn  | Obst   |
| <b>Fr</b><br>10.02. | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen  | Mensa geschlossen                                    | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen  |

Karl-Drais-Schule 13.02. - 17.02.



|                     | <b>Fleisch/Fisch</b>  | <b>Vegetarisch</b>                          | <b>Gemüse</b>   | <b>Beilagen/Soßen</b>  | <b>Dessert</b>                                    |
|---------------------|---|---|---|--|---|
| <b>Mo</b><br>13.02. | Putengeschnetzeltes; in<br>Rahmsoße<br>G, G1, M, Me, La, S                        | Pfannkuchen "Natur"<br>G, G1, Ei, M, Me, La | Möhren in Sahnesoße<br>Salat vom Buffet<br>G, G1, M, Me, La | Spätzle<br>Naturreis<br>Apfel-Erdbeer-Kompott<br>(BIO)<br>G, G1, Ei  | Apfelpause ohne Zuckerzu-<br>satz <sup>3</sup>    |
| <b>Di</b><br>14.02. | BURGER TAG<br>Fischrikadelle (aus nachhal-<br>tiger Fischwirtschaft)<br>G, G1, Fi | Blumenkohl-Kartoffelrösti<br>Ei, M, Me, La  | Buttergemüse<br>Salat vom Buffet<br>M, Me, La               | Hamburger Brötchen<br>Vollkornbrötchen<br>Goldgelbe Salzkartoffel "Un-<br>sere Beste"<br>Ketchup <sup>10</sup><br>G, G1, G3, G4, (E), (Sf) | Eiscreme Sandwich<br>Obst<br>G, G1, Sb, M, Me, La |
| <b>Mi</b><br>15.02. | Rührei<br>Ei, M, Me, La   |   | Rahmspinat<br>M, Me, La                                     | Röstkartoffeln<br>Makkaroni<br>Tomaten-Mozzarella-Soße<br>G, G1, M, Me, La   | Obst  |
| <b>Do</b><br>16.02. | Überraschungstag  |   | Salat vom Buffet  |  | Dessertauswahl<br>G, M, Me, La                    |
| <b>Fr</b><br>17.02. | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen                           | Mensa geschlossen   | Mensa geschlossen  | Mensa geschlossen                                 |