



Speiseplan für die 10. Kalenderwoche



Mo 03.03.2025

Di 04.03.2025

Mi 05.03.2025

Do 06.03.2025

Fr 07.03.2025

Fleisch



Spaghetti Carbonara - mit Käsesauce und gerösteten Speckwürfeln (g,2,3,4,8,a,a1)

Curry-Lamm-Kartoffeln mit Gemüse und Basmatireis (2)

Kohlroulade mit Apfeljus, Kartoffelpüree und geröstetem Speck (a,a1,2,3,4,8,g)

Indonesische Hähnchenpfanne mit Karotten und grünen Bohnen in Austernsauce und Reisessig, dazu gebratene Mie Nudeln (a,a1,d,f,k,n,2,4,c)

Hühnerfrikassee mit Spargel, Erbsen und frittierten Kapern, dazu Langkornreis (g,i)

Veggie

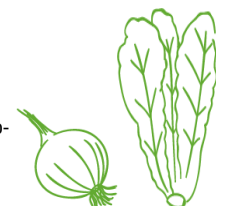
Udon-Nudeln mit rotem asiatischen Gemüsecurry (b,f,a,a1)

Kürbis-Pilzragout mit Semmelknödeln (f,a,a1,c,g)

Vegane Bolognese aus Sojaprotein mit Rosmarin und Oregano, dazu Spaghetti (a,a1,a3,f)

Spinat-Schafskäse-Quiche mit Tomatensauce (a,a1,c,g)

Ebly Zartweizen Risotto mit Artischockenherzen, Gemüsegrün und geriebenem Gouda (a,a1,g,i,3)





Speiseplan für die 11. Kalenderwoche



Fleisch



Veggie



	Mo 10.03.2025	Di 11.03.2025	Mi 12.03.2025	Do 13.03.2025	Fr 14.03.2025
Fleisch	Putengyros mit Zwiebeln, dazu Paprikasauce und Gemüse Couscous (a,a1,i)	Jägersoße mit Hackfleisch und Speck, dazu Spirelli (f,2,3,4,8,a,a1)	Paniertes Schweineschnitzel mit Champignonrahm und Kartoffelpüree (a,a1,c,g)	Knusperfischfilet mit Kartoffelpüree und Kräutersauce (kalt) (a,a1,d,c,g,i,j,3,9)	Rindergulasch mit Chili und getrockneten Aprikosen, dazu Spätzle (l,2,3,5,a,a1,c,g)
Veggie	Chili sin Carne mit Kräuter-Soja-Joghurdip (f,3)	Ragout von weißen Bohnen mit Süßkartoffeln in Korianderfond	Pilzragout Stroganoff mit Spinatspätzle und Roter Bete (g,l,5,9,a,a1,c)	Veganes Ratatouille mit Sojahack, Soja-Kräutercreme und Curcuma-Couscous (a,a1,a3,f)	Falaffelbällchen mit Avocado-Joghurt und Gemüse Couscous (a,a1,j,g)





Speiseplan für die 12. Kalenderwoche



Fleisch



Veggie



	Mo 17.03.2025	Di 18.03.2025	Mi 19.03.2025	Do 20.03.2025	Fr 21.03.2025
Fleisch	Polpetti - Rindfleischbällchen in Tomatensauce, dazu Spirelli und gehobelter Parmesan (a,a1,c,g,j,2)	Käs-Spätzle mit dreierlei Käsesauce und Röstzwiebeln (a,a1,c,g,2)	Putenbruststreifen in Mangosauce, dazu Jasminreis (a,a1,f,g,2)	Beamtenstippe mit Markerbsen, Roter Bete und Salzkartoffeln (a,g,i,9)	Königsberger Klopse in Kapernsauce, dazu Kartoffelpüree und Gemüsechips (a,a1,c,g)
Veggie	Buntes Ofengemüse mit Süßkartoffeln und Zitronenjoghurt (g)	Vegane Beluga-Linsen-Bolognese mit Spaghetti (i,l,5,a,a1)	Spinat-Schafskäsequiche mit getrockneten Tomaten und Gouda, dazu Kräuterschmand (g,a,a1,c)	Italienische Pastataschen mit Zucchini und Sesamfüllung an Sahnesauce mit dreierlei Käsesauce (a,a1,c,g,k,2)	Gemüsesalsa aus Paprika, Ananas, Avocado, Koriander und Chili, dazu Penne (3,a,a1)





Speiseplan für die 13. Kalenderwoche



Fleisch



Veggie



	Mo 24.03.2025	Di 25.03.2025	Mi 26.03.2025	Do 27.03.2025	Fr 28.03.2025
Fleisch	Hähnchenfleisch mit Kokos, Zitronengras, Ingwer, Wokgemüse und Basmati Reis	Gebackenes Seelachsfilet mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	Berliner Boulette, Mischgemüserahm, Salzkartoffeln a (a,a1,c,i,j,g)	Hähnchenkeule mit Rahmwirsing, Senfsauce und Salzkartoffeln	Geflügel-Leberkäse mit Bayrisch Kraut und Salzkartoffeln
Veggie	Semmelknödel mit Pilzen in Schnittlauchrahm	Klassisches Ratatouille mit Gnocchi	Polenta-Tomatengratin mit Mozzarella, gemischtem Salat und Balsamicodressing	Arabische Pastasauce mit Sonnenblumenhack und Sojajoghurt, dazu Vollkornpasta	Falaffelbällchen mit Avocado-Joghurt und Gemüse Couscous





Speiseplan für die 14. Kalenderwoche



Mo 31.03.2025

Di 01.04.2025

Mi 02.04.2025

Do 03.04.2025

Fr 04.04.2025

Fleisch



Hähnchen Knusperschnitzel mit Rahmkarotten und Petersilienkartoffeln (a,a1,g)

Topf vom Kräuterschwein mit zweierlei Bohnen, Balsamico Modena und Tomatensugo, dazu Salzkartoffeln (l,1,3,5)

Chili con Carne mit Basmatireis und Schmand (g)

Thailändisches grünes Hähnchencurry mit Bohnen, Zucchini, Limettenblättern und Mienudeln (b,f,a,a1,c)

Geflügelbratwurst mit Senf, Kartoffel-Gurkensalat und Cole Slaw (j,1,2,3,c,f,g)

Veggie

Spinat-Lasagne mit getrockneten Tomaten und Käse, dazu Tomatensauce * (a,a1,c,g)

Marokkanisches Gemüse mit Ingwer und Kreuzkümmel, dazu Kurkuma Hirse

Schupfnudelpfanne mit buntem Gemüse und frischem Rucola (g,a,a1)

Blumenkohl-Käsemedallions mit Gemüseris und Käsesauce (a,a1,g,c,2)

Geschmorter Spitzkohl mit Risonudeln und Curryrahm (g,3,a,a1,2)

