

Grundschule Grambker Heerstraße Monat März 2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
03.03.-07.03.2025 KW 10	Menü A	Reibekuchen, Apfelkompott, Hafer-Dessert Caramel	Cevapcici vom Rind <R>, Gemüsereis mit Mais, Karotten, Erbsen und Tomaten, Bio Schnittlauchdip, frisches Obst	Gemüse-Käse-Frikadelle <V>, Erbsen-Kartoffelstampf, frisches Obst	Vollkorn-Spätzle-Gemüsepfanne mit Karotten, Blumenkohl, Brokkoli und Sauerrahmsoße <V>, Vanillequark	Kartoffel-Möhren-Eintopf <V>, Dinkelbrötchen, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Spinat-Kartoffel-Gratin <V>, Hafer-Dessert Salted Caramel	Mini Kartoffeltaschen Frischkäse-Kräuter <V>, Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Erbsen und Möhren, Käsesoße, frische Obst	Ratatouille aus Tomaten, Auberginen, Zucchini und Paprika <V> in Paprikarahmsoße, Parboiled Reis, frische Obst	Tomatensuppe mit Reis <V>, Dinkelbrötchen, Vanillequark	Lasagne Vegetaria mit Tomaten und Paprika <V>, frisches Obst
10.03.-14.03.2025 KW 11	Menü A	Bunte Gemüseauswahl aus Blumenkohl, Brokkoli, Bohnen und Kohlrabi mit Petersiliensoße und Salzkartoffeln, Milchpudding Vanille	Rindergulasch in Paprikarahmsoße <R> mit Petersilienkartoffeln, frisches Obst	Gemüseerbseneintopf <V>, Vollkorn Dinkelbrötchen, Naturjoghurt mit Kirschen	Seelachsfilet im Backteig <F>, Kartoffeln, Erbsen und Möhren, frisches Obst	Tomaten-Mozzarella-Suppe mit Kichererbsen <V>, Mini Brötchen, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Tortelloni in Tomatensoße <V>, Milchpudding Vanille	Blumenkohlcurry mit Sonnenblumenhack und Käsesoße, Parboiled Reis, frisches Obst	Topfenschmarrn <V>, Vanillesoße, Naturjoghurt mit Kirschen	Ravioli mit Erbsenfüllung <V>, Käse-Tomatensoße, frisches Obst	Vollkornspätzle-Auflauf mit Brokkoli und Käse überbacken <V>, frisches Obst
17.03.-21.03.2025 KW 12	Menü A	Möhren-Lauch-Grünkernburger <V> auf Kräuterquark mit Salzkartoffeln, Hafer-Dessert Schoko	Rindfleischbällchen in Tomatensoße <R>, Erbsen und Langkornreis, frisches Obst	Milchreis <V>, Kirschoße, Vanillequark	Vollkorn-Spiralnudeln mit Möhren in Cremesoße, frisches Obst	Seelachs-Fischstäbchen mit einer leckeren Bio-Panade <F>, Kartoffeln, Spinatsoße <V>, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Dampfnudel <V>, Vanillesoße, Hafer-Dessert Schokolade	Linsen Eintopf mit Kartoffel Möhren und Lauch <V>, Dinkelbrötchen, frisches Obst	Falafel <V>, Kartoffel Wedges mit Schale, Tomatenquark, Vanillequark	Tortelloni-Spinat-Auflauf <V>, frisches Obst	Linsen-Hirse-Bällchen <V>, Vollkorn-Spiralnudeln, Tomatensoße, frisches Obst
24.03.-28.03.2025 KW 13	Menü A	Penne mit Spinat- Rahmsoße, Naturjoghurt mit Mango	Hühnerfrikassee mit Möhren und Erbsen <G>, Parboiled Reis, frisches Obst	Veggie-Bällchen aus Grünkern und Gemüse <V>, Sauerrahmsoße mit Kräutern mit Karottenwürfel und Salzkartoffeln, frisches Obst	Spiralnudeln mit Paprikarahmsoße, Milchpudding Schoko	Sommergemüse-Eintopf mit Kartoffeln, Möhren, Erbsen und Brokkoli <V> mit Dinkel- Grünkern Brot, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Chili non Carne mit Tomaten, Kidney-Bohnen, Mais und Paprika <V>, Parboiled Reis, Naturjoghurt mit Mango	Vollkorn-Käsespätzle <V>, frisches Obst	Gemüseragout aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli in Rahmsoße mit Kräutern, Salzkartoffeln, frisches Obst	Ravioli mit Rucola-Ricotta-Füllung <V>, Tomatensoße, Milchpudding Schoko	Kartoffel-Blumenkohl-Auflauf <V>, frisches Obst
31.03.-04.04.2025 KW 14	Menü A	Spiralnudeln, Erbsen-Maisgemüse und Tomatensoße, Vanillequark	Naturreis, Sauerrahmsoße auf Rahmgemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Erbsen und Möhren, frisches Obst	Seelachs-Fischstäbchen mit einer leckeren Panade <F> auf Rahmspinat, Kartoffelpüree, frisches Obst	Vollkorn-Spiralnudeln, Blattspinat-Tomatensoße <V>, Milchpudding Vanille	Bauerneintopf mit Geflügelwiener <G> mit Dinkel- Grünkern Brot, frisches Obst
	Menü B Vegetarisch	Gemüse-Knusper-Bratling <V>, Käsesoße, Balkangemüse aus Möhren, Bohnen, Erbsen, Paprika und Mais, Vanillequark	Rührei <V>, Rahmspinat, Salzkartoffeln, frisches Obst	Vollkornnudelaufauf mit Möhren und Sonnenblumenhack <V>, Tomatensoße, frisches Obst	Mini Kartoffelknödel <V>, Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Erbsen und Möhren, Petersiliensoße, Milchpudding Vanille	Reis-Gemüse-Pfanne mit Fairtrade-Reis <V>, frisches Obst

Speiseplan ohne Gewähr. Wir weisen daraufhin, dass die Inhaltsstoffe (Allergene und Zusatzstoffe) der Speisen endgültig am Ort der Speisenausgabe gekennzeichnet sind.