

## Schulzentrum Königswinter Monat Dezember 2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
28.11.-02.12.2022 KW 48	<b>Stammessen</b>	Pizza mit Salami belegt, Bunter Salat	Rinderhacksteak "Griechische Art", Bratensoße < R>, Gnocchi, Fingermöhren	Schollenfilet, gebraten <F>, Drillinge mit Schale, Grüner Salat mit Joghurdressing, Kräuterquark	Minestrone vegetarisch, Vollkornbrötchen	Bunte Gemüse-Nudel-Pfanne <V>, Bauernsalat mit Feta
	<b>Veggi</b>	Vollkorn Fusilli, Vegetarische Bolognese <V>, Apfel-Möhrenrohkost	Grießbrei mit Apfelkompott mit Stücken	Italienische Gemüse Lasagne <V>, Beilagensalat	Gemüsegratin <V>, Blattsalate mit French Dressing	Linsnbällchen <V>, Kräuterquarkdip, Gemüsebulgur mit Paprika, Porree und Käse <V>
	<b>Low Budget</b>	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Vollkorn Fusilli mit Kräuterrahmsoße	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Makkaroni mit Tomaten-Mozzarella-Soße <V>	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen
	<b>Dessert</b>	Apfel-Birnen-Kompott mit Haselnüssen	Joghurt Natur	Weintrauben hell	Obstsalat	Orangenquark mit Bananen und Haselnüssen
05.12.-09.12.2022 KW 49	<b>Stammessen</b>	Backfisch aus Alaska Seelachs, Kräuterquark, Petersilienkartoffeln, Beilagensalat	Nudel-Gemüsesuppe <V> mit einem Vollkornbrötchen	Hähnchen-Döner in Pita Brottasche mit Salat, Gurke, Tomate und Tzatziki dazu Pommes frites	Currywurst vom Schwein in Ketchupsoße <S>, Salzkartoffeln und ein Beilagensalat	Pfannkuchen mit vegetarischer Bolognese gefüllt <V> mit Tomatensoße und Salzkartoffeln
	<b>Veggi</b>	Drillinge mit Schale mit einem Schnittlauchdip und Karottengemüse	Vollkorn Nudeln, Ratatouille in Tomatensoße "Italia"	Vegetarische Klopse in Cremesoße dazu Vollkornreis und Romanesco Mix	Veggie Currywurst <V> an Gemüsesoße süß-sauer und Langkornreis	Eierspätzle mit Gemüseragout <V>, Beilagensalat
	<b>Low Budget</b>	Penne-Nudeln mit GemüseSoße "Gärtnerin Art"	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Vollkorn Fusilli, Tomatenkräutersoße<V>	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen
	<b>Dessert</b>	Buttermilchdessert Heidelbeere	Frischobst der Saison	Joghurt mit Pflaumenkompott	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison
12.12.-16.12.2022 KW 50	<b>Stammessen</b>	Gebackene Hähnchenkeulen Drum Sticks, Asiatische Gemüsesoße süß-sauer, Vollkornreis, Beilagensalat	Linseneintopf mit Geflügelwürstchen <G>, Vollkornbrötchen	Gedünstetes Seelachsfilet mit Gemüsestreifen, Fingermöhren Naturell, Petersilienkartoffeln	Tortellini Ricotta-Spinat mit Tomatensoße und einem Beilagensalat	Hamburgerbrötchen mit Sesam, Hamburger Petty, gemischter Salat mit Dressing, Pommes frites, Tomatenketchup Portion
	<b>Veggi</b>	Vollkorn Spaghetti, Paprika-Soße, Kaisergemüse Naturell	Gnocchi mit Spinat, Champignons und Tomaten in Basilikum-Butter und Gouda überbacken	Raviolini Formaggio mit Gemüseragout <V>, Beilagensalat	Kleine Pellkartoffeln, Schnittlauchdip, Karotten Scheiben	Arme-Ritter-Auflauf <V> dazu Vanillesoße
	<b>Low Budget</b>	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Vollkorn Fusilli, Tomatenkräutersoße<V>	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Penne-Nudeln mit GemüseSoße "Gärtnerin Art"	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen
	<b>Dessert</b>	Joghurt mit Pflaumenkompott	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Buttermilchdessert Heidelbeere	Frischobst der Saison

19.12.-23.12.2022 KW 51	<b>Stammessen</b>	Cevapcici aus Rindfleisch, Kartoffelpüree, Erbsen in leichter Soße	Hähnchenunterkeulen "Drum Sticks", Tomatensoße, Vollkorn Fusilli, Kopfsalat mit Zitronendressing	Alaska-Seelachsschnitte in Zitronen-Kräuterrahmsoße <F>, Hörnchen-Nudeln, Blattsalate mit Italien Dressing	Bandnudeln, Blumenkohl, Tomaten-Mozzarella-Soße <V>	Weihnachtsferien
	<b>Veggi</b>	Rührei <V>, Rahmspinat, Kartoffelpüree	Minestrone vegetarisch <V>, Vollkornbrötchen	Pfannengemüse in Kräuterbutter, Naturreis, Fenchel-Orangen-Rohkost	Kleine Pellkartoffeln, Helle Cremesoße, Buntes Gemüse	Weihnachtsferien
	<b>Low Budget</b>	Penne Nudeln oder Fusilli mit Tomatensoße "Italia" <V>	Vollkornnudeln mit Käsesoße	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Bunter Salatteller mit Vollkornbrötchen	Weihnachtsferien
	<b>Dessert</b>	Frisches Stückobst: Birne	Apfel	Banane	Vanillejoghurt	Weihnachtsferien

26.12.-30.12.2022 KW 52	<b>Stammessen</b>	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien
	<b>Veggi</b>	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien
	<b>Low Budget</b>	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien
	<b>Dessert</b>	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien

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