

Musterspeiseplan Multi Plus

4 Wochen

für Schüler im Alter von 7 – 10 Jahren

in form

DGE-Qualitätsstandard
für die Schulverpflegung



Der vorliegende Speiseplan wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) geprüft und zertifiziert. Er erfüllt die Kriterien des aktuellen „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ (4. Auflage, 2015) aus folgenden Qualitätsbereichen:

- Lebensmittel einer Mittagverpflegung (Qualität und Häufigkeiten)
- Speisenplanung und –herstellung
- Hygieneaspekte/rechtlicher Rahmen/QM-System

Der Speiseplan kann für Grundschulen, die sich bei der DGE zertifizieren und das „Schule + Essen = Note 1– Logo“ erwerben möchten, als Grundlage dienen.

Speiseplan für Grundschulen zertifiziert nach DGE



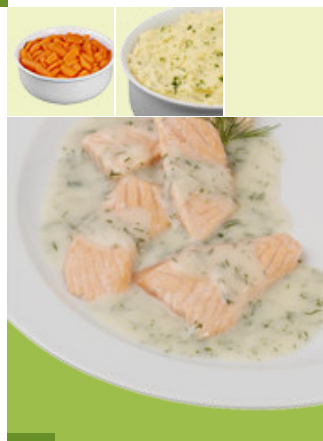
Montag



Hühnerfrikassee
"Frühlings Art" mit
Möhrenstreifen, Erbsen
und Champignons
Erbsen
Langkornreis
Obst der Saison *



Donnerstag



Lachsstreifen in
Dillcremesoße
Naturelle Möhren
Stampfkartoffeln
Obst der Saison *

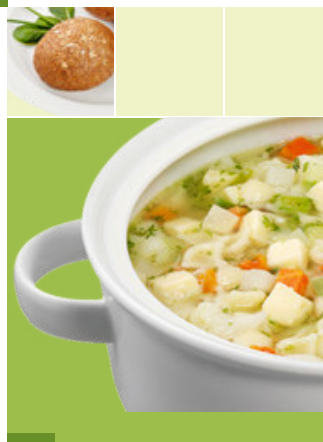


Dienstag



Gemüseravioli in
Tomatensoße
Salat mit Joghurtdressing
*

Freitag



Gemüsebouillon mit
Muschelnudeln, Karotten,
Blumenkohl, Brokkoli,
Mais und Erbsen
Vollkornbrötchen
Naturjoghurt (1,5%) mit
Früchten *

Mittwoch



Geflügel-Cevapcici, saftige
Geflügelhackfleischröllchen
Tomatensoße "Italia"
Nudeln aus
Bauernhofmotiven
Salat der Saison mit
Essig/Öl Dressing *



Guten
Appetit!

Speiseplan für Grundschulen zertifiziert nach DGE

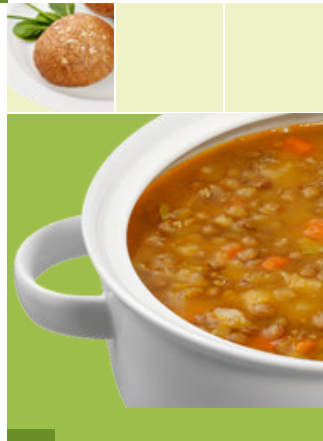


Montag



Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße
Wellenschnittpommes
Rohkost *
Obst der Saison *

Donnerstag



Vegetarische Linsensuppe
Vollkornbrötchen
Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten *

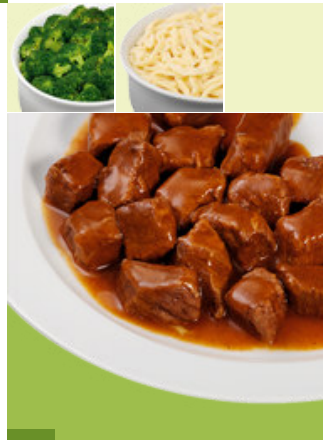
Dienstag



Alaska-Seelachs "Mediterran" aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Pfannengemüse in Kräuterbutter (aus Möhren, Steckrüben, Brokkoli, Staudensellerie und Cherrytomaten)
Stampfkartoffeln

♻️

Freitag



Rindergulasch Rindfleisch gewürfelt in einer würzigen Soße mit Thymian
Brokkoli "naturell"
Spätzle
Obst der Saison *

♻️

Mittwoch



Spaghetti mit Geflügelbolognese
Salat mit Joghurtdressing *

♻️

Guten Appetit!

Speiseplan für Grundschulen zertifiziert nach DGE



Montag



Putengulasch in würziger brauner Soße
Steckrübengemüse
Spiralnudeln



Donnerstag



Bunter Nudel-Gemüse-Eintopf mit Rindfleisch, Brokkoliröschen, Möhren- und Selleriewürfeln
Rohkost *
Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten *



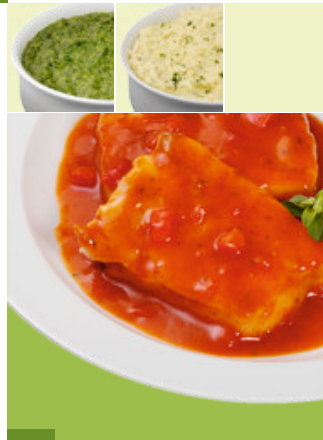
Dienstag



Auflauf aus Kartoffelstreifen, Brokkoli, Porree und Karotten mit einer cremigen Käsesoße
Salat mit Joghurtdressing *

Obst der Saison *

Freitag



Alaska-Seelachsschnitte in feiner Tomatensoße aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Rahmspinat
Stampfkartoffeln



Mittwoch



Linsnbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen
Kräuterquark (20%) *
Grüner Gemüsemix "naturell" aus Romanesco, Brokkoli und Erbsen
Tomatenreis
Obst der Saison *

Guten Appetit!

Speiseplan für Grundschulen zertifiziert nach DGE

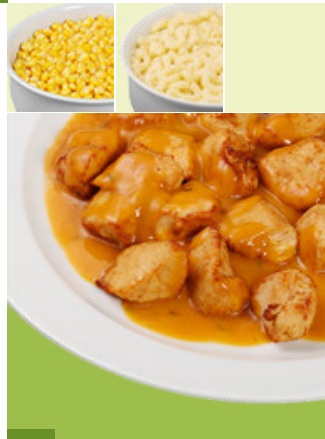


Montag



Vegetarische Bolognese aus Weizenprotein mit Tomaten, Sellerie-, Karotten- und Zwiebelstückchen Vollkorn-Spiralnudeln Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing * Obst der Saison *

Donnerstag



Hähnchenrahmgulasch in einer Geflügelsoße Bio Mais "Natur" Hörnchen-Nudeln



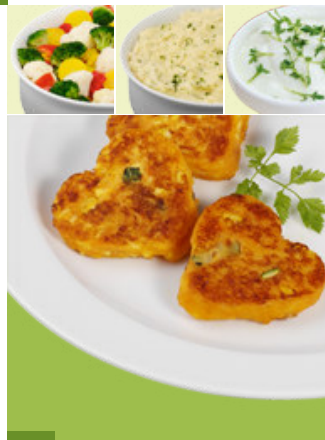
Dienstag



Fjord-Lachs in feiner Rahmsoße mit Gurken- und Möhrenstreifen, verfeinert mit Sauerrahm Bunt Gemüse "naturell" (aus Erbsen, Möhren, grünen Bohnen und Mais) Petersilienkartoffeln Obst der Saison *



Freitag



Süßkartoffel-Kartoffel-Rösti in Herzform mit Zucchini und Mais Bunt Gemüse "naturell" (Blumenkohl, Brokkoli, gelbe Möhren und rote Paprika) Stampfkartoffeln Kräuterquark (20%) *

Mittwoch



"Vitadelle" Rindfleisch-Gemüse-Frikadelle mit Pastinake, Steckrübe und Bärlauch Djuvec-Reis (Curry-Reis mit Erbsen, Paprikawürfeln, Zwiebelstückchen und Karotten) Salat mit Joghurtdressing * Speisequark mit Früchten (Mage *)



Guten Appetit!

Legende



Fisch



Geflügelfleisch



Rindfleisch



Schweinefleisch