

Musterspeiseplan Multi Plus

4 Wochen

für Schüler im Alter von 13 – 14 Jahren



inForm

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, 2018) aus folgenden Qualitätsbereichen:

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

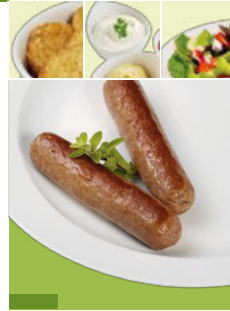
Der Speiseplan kann für weiterführende Schulen, die sich bei der DGE zertifizieren und das „Schule + Essen = Note 1– Logo“ erwerben möchten, als Grundlage dienen.

Montag



Rotes Gemüsecurry
Langkornreis
Salat *
Obst *

Donnerstag



Rindsbratwürstchen
Kartoffelrösti
Ketchup *
Salat *

☞

Dienstag



Feines Lachsfilet "Doria";
in Sauerrahmsoße
Grüner Gemüsemix
"naturell"
Salzkartoffeln
Obst *

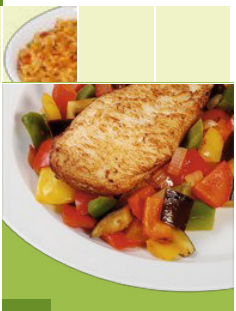
☞

Freitag



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

Mittwoch



Hähnchenbrustfilet
"naturell"; auf
mediterranem Gemüse
Risotto "Pomodoro"

☞

Guten
Appetit!

Montag



Hähnchengyros mit
Zwiebeln
Kräuterquark (20%) *
Kartoffelspalten mit
Schale
Salat *

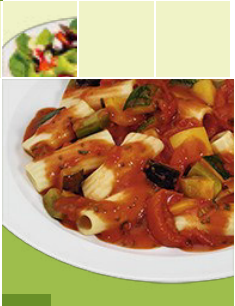


Donnerstag



Vegetarisches Chili
Vollkornbrötchen
Joghurt mit Früchten
(1,5%) *

Dienstag



Rigatoni "Salvia"
Salat *
Obst *

Freitag



Milde Gemüse-Curry-
Fisch-Pfanne; aus
nachhaltiger
Fischwirtschaft
Langkornreis
Obst *



Mittwoch

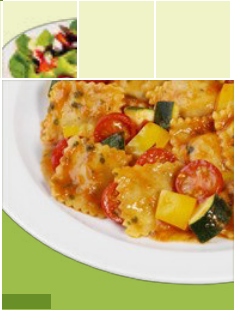


"Vitadelle" Rindfleisch-
Gemüse-Frikadelle
Bulgur-Gemüse-Pfanne
Kräuterquark (20%) *
Salat *



Guten
Appetit!

Montag



Tomatisierte Ravioli-
Gemüsepfanne
Salat *
Obst *

Donnerstag



Bunter Nudel-Gemüse-
Eintopf; mit Rindfleisch
Vollkornbrötchen
Speisequark mit
Früchten (Magerstufe) *



Dienstag



Alaska-Seelachs
"Mediterran"; aus
nachhaltiger
Fischwirtschaft
Rahmspinat
Kräuterkartoffeln



Freitag



Kartoffel-Gemüse-Gratin
Salat *
Obst *

Mittwoch



Geflügel-Cevapcici;
Saftige
Geflügelhackfleischröllchen
Curry-Ketchup-Soße
Djuvec-Reis; (Gemüse-
Curry-Reis)
Salat *



Guten
Appetit!

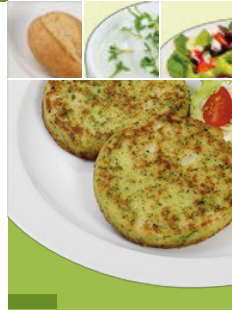
Montag



Lachsstreifen; in
Dillcremesoße
Möhren "naturell"
Bunter Gemüserais



Donnerstag



Brokkolirösti
Brötchen
Kräuterquark (20%) *
Salat *
Joghurt mit Früchten
(1,5%) *

Dienstag



Veggie-Currywurst; aus
Soja und Weizen; in
milder Tomatensoße
Wellenschnittpommes
Salat *
Obst *

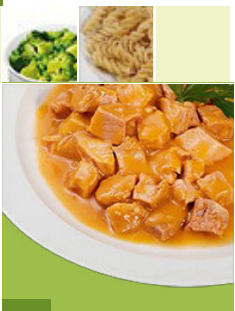
Freitag



Chop Suey mit
Hähnchenfilets; in
Asiasoße
Langkornreis
Salat *
Obst *



Mittwoch



Putengulasch; in
klassischer Soße
Grüner Gemüsemix
"naturell"
Vollkorn-Spiralnudeln



Guten
Appetit!

Legende



Fisch



Geflügelfleisch



Rindfleisch



Schweinefleisch