

SPEISEPLAN

Knd. 944+844 Karolinen Gymnasium

vom 26.09.2022 bis 30.09.2022 KW 39

Plan 8

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



Grünkernragout (Blumenkohl, Broccoli und Karotte) (c;e;g5;l;s) und Bio-Reis

kJ 1.586 / kcal 377

gebr. Kartoffel-Gnocchi (e) mit Pestosauce (c;l;s), geriebenem Käse (l) und Karottensalat

kJ 3.057 / kcal 729

"Tortellini" (e;g1;l;s) (Tomate-Mozzarella) mit Tomatensauce (c;s;m) Bio-Blattsalat der Saison (c)

kJ 2.416 / kcal 574

Eieromelette (e;l;s) mit Bio-Dampfkartoffeln und Rahmspinat (c;l;s)

kJ 1.115 / kcal 268



Hühnerfrikassee a.d.Keule (c;l;s) mit Bio-Reis & Gemüse v.d. Bio-Erbse natur (extra) (c;l;s)

kJ 1.687 / kcal 400

pan. Alaska-Seelachsfilet (MSC) (f;g1), Pestosauce (c;e;l;s), Bio-Kartoffeln und Karottensalat

kJ 2.028 / kcal 486

Veget. Chilitopf (Soja)(Mais, Kidneybohnen,Paprika)(b;c;g1;m;s), Vollkornnudeln (g1;s) Bio-Blattsalat der Saison (c)

kJ 2.721 / kcal 650

Frühlingsquark (l) hausgemacht mit Bio-Dampfkartoffeln und Rohkost "Gurke"

kJ 2.063 / kcal 491



Joghurtdessert Kirsch (l)

kJ 327 / kcal 78

Frisches Obst

Puddingdessert "Vanille" (5) (l)

kJ 678 / kcal 162

Frisches Obst

844 Vegetarisch

844 Vollkost

944 Vegetarisch

944 Vollkost

Ihr BVS-Team wünscht guten Appetit!



Bio-zertifiziert
DE-ÖKO-006 Kontrollstelle

Unser Betrieb ist EU-zertifiziert.

