

Pfrimmtal Realschule Plus Monat Januar 2025

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
30.12.-03.01.2025 KW 1	Menü 1	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	
	Menü 2 vegetarisch	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	
	Dessert	Ferien		Ferien		
06.01.-10.01.2025 KW 2	Menü 1	Ferien	Ferien	Ferien	Frikadelle vom Rind <R> in Bratensoße, Möhren und Salzkartoffeln	
	Menü 2 vegetarisch	Ferien	Ferien	Ferien	Rösti aus Blumenkohl, Kartoffeln und Käse <V> auf Erbsen in Rahm und Salzkartoffeln	
	Dessert		Ferien		Birne	
13.01.-17.01.2025 KW 3	Menü 1	Möhren - Brokkoligemüse in Petersiliensoße mit Naturreis, Eisbergsalat, Joghurt Kräuter Dressing	Gockelchen paniertes Hähnchenbrust Formfleisch <G> mit Erbsen in Cremesoße und Salzkartoffeln, Eisbergsalat, Italienisches Dressing	Champignonragout <V>, Nudeln mit bunter Rohkost aus Gurke, Möhren, Radieschen und Kohlrabi	Nudel- Tomatenauflauf mit Wildlachswürfeln <F> und buntem Salat aus Chinakohl, Möhren, Gurke und Essig-Öl Dressing	
	Menü 2 vegetarisch	Minifrühlingsrollen <V> auf Pfannengemüse "Asiatisch" mit Kichererbsen, Möhren, Erbsen und Mais in süß-saurer Soße <V>, Naturreis, Eisbergsalat, Joghurt Kräuter Dressing	Grünes Trio aus Prinzessbohnen, Brokkoli und Erbsen, Käsesoße und Salzkartoffeln, Eisbergsalat, Italienisches Dressing	Ofenkartoffel mit Joghurt-Kräuterdip, Bauernsalat mit Gurke, Paprika, Tomaten, Mais und Eisberg <V> und Tomatisiertes Dressing	Vegetarisches Chili mit Kidneybohnen, Tomaten, Paprika und Mais <V>, Fladenbrot, Eisbergsalat mit Gurke mit tomatisiertem Dressing und Sonnenblumenkernen	
	Dessert	Apfel		Schoko-Milchpudding		
20.01.-24.01.2025 KW 4	Menü 1	Blumenkohl mit Hollandaise und Käse überbacken <V> dauí Bechamelsoße und Salzkartoffeln, Rohkost Kohlrabi	Bolognese aus Hähnchenfleisch <G> mit Vollkornnudeln, Eisberg-Maissalat und Tomatisiertes Dressing	Kutter-Fischfrikadelle, leichte Senfsoße, Naturreis und Eisbergsalat mit Gurke und Tomate mit Essig-Öl Dressing	Kartoffel-Quark-Ecke <V> mit Erbsen in Rahm und Kartoffelstampf "hausgemacht"	
	Menü 2 vegetarisch	"Gemüse-Köttbullar" aus Erbsen, Mais, Möhren und Grünkohl <V> auf feine Gemüsestreifen, Helle Cremesoße und Salzkartoffeln, Rohkost Kohlrabi	Veganes Schnitzel auf Weizenbasis <V>, Pommes frites, Curry-Tomaten-Soße und Eisberg-Maissalat mit Tomatisiertes Dressing	Gemüsecurry aus Blumenkohl, Brokkoli, Möhren, Paprika in einer pikanten Currysoße <V> mit Naturreis, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate und Essig-Öl Dressing	Brokkolirösti <V> mit Braune Rahmsoße und Kartoffelstampf "hausgemacht"	
	Dessert		Apfel	Joghurt Pfirsich-Maracuja		

27.01.-31.01.2025 KW 5	Menü 1	gekochtes Ei <V> in Gemüsesoße aus Pastinake, Kürbis und Möhren mit Salzkartoffeln, Eisbergsalat, American Dressing	Hähnchenbrustfilet natur <G> mit Erbsen und Möhren, Bratensoße und Salzkartoffeln, Eisbergsalat, Italienisches Dressing	Seelachsfilet im Backteig <F> auf Sommergemüse aus Blumenkohl, Bohnen, Karotten und Erbsen in Cremesoße, Naturreis und Möhrensalat	Vollkorn-Spiralnudeln mit Tomatensoße, geriebenen Käse und Rohkost Kohlrabisticks und Gurkentaler	
	Menü 2 vegetarisch	Gemüsefrikadelle aus Möhren, Pastinaken, Erbsen, Romanesco und Mais <V> auf Petersiliensoße dazu Salzkartoffeln, Eisbergsalat, American Dressing	Eierspätzle mit Pfannengemüse aus Romanescoröschen, bunten Karottenstiften, Brechbohnen und Sonnenblumenkerne <V> und Käsesoße, Eisbergsalat, Italienisches Dressing	Veggie-Schnitzel auf Weizenbasis <V> in Tomaten-Gemüsesoße, Naturreis und Möhrensalat	Blumenkohlröschen in Cremesoße à la Hollandaise, hausgemachter Kartoffel-Gemüsestampf mit Julienne Gemüse und Rohkost Kohlrabisticks und Gurkentaler	
	Dessert		Kirschjoghurt		Apfel	

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