

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 Bechameloße 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.