

## Pfrimmtal Realschule Plus Monat Oktober 2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
29.09.-03.10.2025 KW 40	<b>Menü 1</b>	Tortellini mit Käsefüllung <V> mit Tomaten-Zucchini-Soße, Rohkost Kohlrabi	Bolognese aus Hähnchenfleisch <G>, Spiralnudeln, Eisberg-Maissalat und Tomatisiertes Dressing	Kutter-Fischfrikadelle, leichte Senfsoße, Langkornreis und Eisbergsalat mit Gurke und Tomate mit Essig-Öl Dressing	Kartoffel-Quark-Ecke <V>, Erbsen in Rahm, Kartoffelpüree, Gurke
	<b>Menü 2 vegetarisch</b>	"Gemüse-Köttbullar" <V>, feine Gemüsestreifen, Cremesoße, Salzkartoffeln, Rohkost	Brokkolirösti <V> mit Braune Rahmsoße, Kartoffelpüree	Gnocchi, Käsesoße, Erbsen, Eisbergsalat, Essig-Öl Dressing	Gemüse-Knusperschnitzel mit Blumenkohl, Erbsen, Karotten und Dinkel <V> in Tomaten-Gemüse-Soße, Langkornreis, Gurken
	<b>Dessert</b>		Apfel	Joghurt Pfirsich-Maracuja	
06.10.-10.10.2025 KW 41	<b>Menü 1</b>	gekochte Eier <V>, Rahmspinat, Kartoffelpüree, Rohkost Mix	Hähnchenbruststreifen <G>, Tomaten-Paprikasoße, Nudeln, Eisbergsalat, Italienisches Dressing	Seelachsfilet im Backteig <F> auf Sommergemüse in Cremesoße, Langkornreis und Möhrensalat	Blumenkohl mit Hollandaise und Käse überbacken <V> und Salzkartoffeln, Rohkost Kohlrabisticks und Gurkentaler
	<b>Menü 2 vegetarisch</b>	Blumenkohl-Käse-Stern <V> mit Gemüsestreifen Karotte, Lauch, Sellerie in Soße, Kartoffelpüree, Rohkost	Vegetarische Filetstückchen <V>, Tomaten-Paprikasoße, Nudeln, Eisbergsalat, Italienisches Dressing	Rösti Ecken mit Tomate-Mozzarella Topping, Kräuterquark und Möhrensalat	Vollkorn-Spiralnudeln mit Tomatensoße, geriebenen Käse und Rohkost Kohlrabisticks und Gurkentaler
	<b>Dessert</b>		Kirschjoghurt		Apfel
13.10.-17.10.2025 KW 42	<b>Menü 1</b>	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	<b>Menü 2 vegetarisch</b>	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	<b>Dessert</b>		Ferien		Ferien
20.10.-24.10.2025 KW 43	<b>Menü 1</b>	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	<b>Menü 2 vegetarisch</b>	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	<b>Dessert</b>	Ferien		Ferien	

27.10.-31.10.2025 KW 44	<b>Menü 1</b>	Tomaten-Nudelauflauf mit Käse überbacken <V>, Rohkost Gurkentaler	Pizza-Schnitte "Margherita" <V>, gemischter Salat mit Dressing	Hackbällchen <R>, Joghurt-Kräuterdip, Langkornreis, Krautsalat	Fischstäbchen <F>, Rahmspinat, Kartoffelstampf, Rohkost Gurkentaler	
	<b>Menü 2 vegetarisch</b>	Gemüse Nuggets <V>, Tomatensoße <V>, Langkornreis, Eisbergsalat, Essig-Öl Dressing	Gemüsecurry in einer pikanten Currysoße <V> auf Naturreis, gemischter Salat mit Dressing	Gemüsefrikadelle mit Kürbis und Steckrüben <V> auf Erbsen in Rahm und Salzkartoffeln	Nudeln "Penne Rigate" auf Tomaten-Paprikasoße, Eisbergsalat, Essig-Öl Dressing	
	<b>Dessert</b>		Bananenjoghurt		Birne	

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