

Pfrimmtal Realschule Plus Monat Januar 2026

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
29.12.-02.01.2026 KW 1	Menü 1	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	
	Menü 2 vegetarisch	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	
	Dessert		Ferien		Ferien	
05.01.-09.01.2026 KW 2	Menü 1	Ferien	Ferien	Ferien	Backfisch-Filets <F> mit Remoulade und Langkornreis mit Erbsen dazu ein Beilagensalat	
	Menü 2 vegetarisch	Ferien	Ferien	Ferien	Veganes Knusperfilet <V> mit Remoulade und Langkornreis mit Erbsen "Risi-Bisi," dazu ein Beilagensalat	
	Dessert		Ferien		Obst	
12.01.-16.01.2026 KW 3	Menü 1	Nudeln mit Käsesoße "Carbonara Art", geriebener Käse und ein Beilagensalat	Vegetarische Kartoffelsuppe <V> mit einem Mehrkornbrötchen dazu ein Beilagensalat	Panierte Fischfiguren <F> mit Remoulade, Zitrone und Wellenschnittpommes dazu Rohkost	Gyros -Pfanne vom Hähnchen <G> mit Tzatziki, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate und Langkornreis	
	Menü 2 vegetarisch	Gemüsegulasch mit Cremesoße à la Hollandaise, Kartoffelstampf und ein Beilagensalat	Eieromelette <V> mit Rahmspinat, Salzkartoffeln und ein Beilagensalat	Nudeln mit Tomaten-Zucchini- Soße, Hartkäse gerieben, Rohkost	Falafelbällchen <V>, Tzatziki, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate und Langkornreis	
	Dessert	Naturjoghurt mit Birnenkompott		Obst		
19.01.-23.01.2026 KW 4	Menü 1	Tomaten-Nudelauf auf mit Käse überbacken <V> dazu Rohkost	Pizza-Schnitte "Margherita" <V> mit einem Beilagensalat	Geflügel-Bällchen <G> mit Joghurt-Kräuterdip, Langkornreis und Krautsalat	Fischstäbchen <F> mit Rahmspinat, Kartoffelpüree und einem Beilagensalat	
	Menü 2 vegetarisch	Gemüse Nuggets <V> mit Tomatensoße <V>, Langkornreis und Rohkost	Gemüsefrikadelle mit Kürbis und Steckrüben <V> mit Erbsen in Rahm und Salzkartoffeln	Gemüsecurry in einer pikanten Currysoße <V> mit Nurreis, Krautsalat	Nudeln "Penne Rigate" mit Tomaten-Paprikasoße und ein Beilagensalat	
	Dessert		Bananenjoghurt		Obst	

Menü 1	Tomatenuppe danach Reibekuchen "Hausfrauen Art" <V> mit Apfelmus, Rohkost	Chicken Nuggets <G> mit Tomatenketchup, Wellenschnittpommes und ein Beilagensalat	Vegetarische Linsensuppe <V> mit einem Mehrkornbrötchen dazu Rohkost	Panierte Alaska Seelachsstreifen <F> mit Remoulade, Karottengemüse, geröstete Kartoffeln <V> und ein Beilagensalat	
Menü 2 vegetarisch	Vegetarisches Chili mit Kidneybohnen, Tomaten, Paprika und Mais <V> mit Langkornreis und ein Beilagensalat	Falafelbällchen<V> mit Tomatenketchup, Wellenschnittpommes und ein Beilagensalat	Gebackene Kartoffelpalten mit Kräuterquark, Mediterranes Gemüse dazu Rohkost	Nudeln mit Spinat-Käse-Soße und ein Beilagensalat	
Dessert		Orange		Schoko-Milchpudding	

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