



Pfrimmtal Realschule Plus Monat März 2026

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.03.-06.03.2026 KW 10	Menü 1	Tomaten-Nudelaufau mit Käse überbacken <V> dazu Rohkost	Pizza-Schnitte "Margherita" <V> mit einem Beilagensalat	Geflügel-Bällchen <G> mit Joghurt-Kräuterdip, Langkornreis und Krautsalat	Fischstäbchen <F>, Rahmspinat, Kartoffelpüree und einem Beilagensalat	
	Menü 2 vegetarisch	Gemüse Nuggets <V> mit Tomatensoße <V>, Langkornreis und Rohkost	Gemüse-Frikadelle <V> mit Erbsen in Rahm und Salzkartoffeln	Gemüsecurry in einer pikanten Currysoße <V> mit Nurreis, Krautsalat	Nudeln mit Tomaten-Paprikasoße und ein Beilagensalat	
	Dessert		Bananenjoghurt		Obst	
09.03.-13.03.2026 KW 11	Menü 1	Tomatensuppe danach Reibekuchen <V> mit Apfelmus, Rohkost	Chicken Nuggets <G> mit Tomatenketchup, Wellenschnittpommes und ein Beilagensalat	Vegetarische Linsensuppe <V> mit einem Mehrkombrötchen 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 Kartoffelspannen mit Kräuterquark, Mediterranes Gemüse dazu Rohkost	Nudeln mit Spinat-Käse-Soße und ein Beilagensalat	
	Dessert		Orange		Schoko-Milchpudding	
16.03.-20.03.2026 KW 12	Menü 1	Tortellini mit Käsefüllung <V> mit Tomaten-Zucchiniße dazu Rohkost	Bolognese aus Hähnchenfleisch <G> mit Nudeln und ein Beilagensalat	Kutter-Fischfrikadelle mit leichter Senfsoße, Langkornreis und ein Beilagensalat	Kartoffel-Quark-Ecke <V>, Erbsen in Rahm, Kartoffelpüree und Rohkost	
	Menü 2 vegetarisch	"Gemüse-Köttbullar" <V> mit feinen Gemüsestreifen in Cremesoße, Salzkartoffeln und Rohkost	Brokkolirösti <V> mit Brauner Rahmsoße und Kartoffelpüree	Gnocchi mit Käsesoße, Erbsen und ein Beilagensalat	Gemüse-Knusperschnitzel mit Blumenkohl, Erbsen, Karotten und Dinkel <V> mit Tomaten-Gemüsesoße, Langkornreis und Rohkost	
	Dessert		Obst	Fruchtjoghurt		
23.03.-27.03.2026 KW 13	Menü 1	Gekochte Eier <V> mit Rahmspinat, Kartoffelpüree und Rohkost	Hähnchenbruststreifen <G> mit Tomaten-Paprikasoße, Nudeln und ein Beilagensalat	Seelachsfilet im Backteig <F> mit gemischtem Gemüse, heller Cremesoße, Langkornreis und Möhrensalat	Vollkorn-Spiralnudeln mit Tomatensoße, geriebenen Käse und Rohkost	
	Menü 2 vegetarisch	Blumenkohl-Käse-Stern <V> mit Gemüsestreifen Karotte, Lauch, Sellerie in Soße, Kartoffelpüree und Rohkost	Vegetarische Filetstückchen <V> mit Tomaten-Paprikasoße, Nudeln und ein Beilagensalat	Rösti Ecken mit Tomate-Mozzarella Topping, Kräuterquark und Möhrensalat	Blumenkohl mit Hollandaise und Käse überbacken <V> und Salzkartoffeln dazu Rohkost	
	Dessert		Kirschjoghurt		Obst	

Menü 1	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	
Menü 2 vegetarisch	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	
Dessert		Ferien		Ferien	

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