

Pfrimmtal Realschule Plus Monat September 2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
31.08.-04.09.2026 KW 36	Menü 1	Tortellini mit Käsefüllung <V> mit Tomaten-Zucchini-Soße dazu Rohkost	Hamburger mit Rinderhacksteak <R>, Ketchup, Salat und Wellenschnittpommes	Kutter-Fischfrikadelle mit leichter Senfsoße, Langkornreis und ein Beilagensalat	Pfannkuchen <V> mit Soße mit Vanillegeschmack und Rohkost
	Menü 2 vegetarisch	Brokkolirösti <V> mit Brauner Rahmsoße und Kartoffelpüree	Hamburger, Gemüse-Frikadelle <V>, Ketchup, Salat und Wellenschnittpommes	Gnocchi mit Käsesoße, Erbsen und ein Beilagensalat	Gemüse-Knusperschnitzel mit Blumenkohl, Erbsen, Karotten und Dinkel <V> mit Tomaten-Gemüsesoße, Langkornreis und Rohkost
	Dessert		Fruchtjoghurt	Obst	
07.09.-11.09.2026 KW 37	Menü 1	Rührei <V> mit Rahmspinat, Kartoffelpüree und Rohkost	Hähnchenbruststreifen <G> mit Tomaten-Paprika-Soße, 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-Paprika-Soße, 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	
14.09.-18.09.2026 KW 38	Menü 1	Brokkolicremesuppe danach Milchreis <V> mit Zimt und Zucker, Rohkost	Erbsensuppe mit Geflügel Wiener Scheiben <G> mit einem Brötchen und ein Beilagensalat	Rinderbolognese <R> mit Spiralnudeln, Hartkäse gerieben und Rohkost	Backfisch-Filets <F> mit Remoulade und Langkornreis mit Erbsen dazu ein Beilagensalat
	Menü 2 vegetarisch	Spätzle mit Brokkoli-Käsesoße und ein Beilagensalat	Gemüsefrikadelle aus Möhren, Pastinaken, Erbsen, Romanesco und Mais <V> mit Kräutersoße, Salzkartoffeln und ein Beilagensalat	Rote Linsen-Bolognese mit Karotten und Tomaten <V> mit Vollkorn Spiralnudeln, Hartkäse gerieben und Rohkost	Veganes Knusperfilet <V> mit Remoulade und Langkornreis mit Erbsen "Risi-Bisi, " dazu ein Beilagensalat
	Dessert		Eisdessert Fürst Pückler	Obst	
21.09.-25.09.2026 KW 39	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	Gemüseulasch 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> mit Tzatziki, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate und Langkornreis
	Dessert		Eisbecher Erdbeer Vanille	Obst	

28.09.-02.10.2026 KW 40	Menü 1	Tomaten-Nudelauflauf mit Käse überbacken <V> dazu Rohkost	Pizza-Schnitte "Margherita" <V> dazu ein 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	Gemüse-Frikadelle <V> mit Erbsen in Rahm und Salzkartoffeln	Gemüsecurry in einer pikanten Currysoße <V> mit Naturreis, Krautsalat	Nudeln mit Tomaten-Paprikasoße und ein Beilagensalat	
	Dessert		Fruchtjoghurt		Obst	

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