

SCHULMENSA RUDOLF STEINER SCHULE
SPEISEKARTE VOM 19.03 - 23.03.18

MONTAG

ROTE LINSENSUPPE MIT FRÜHLINGSZWIEBELN **A**
KÜRBISPÄTZLE MIT KÄSESAUCE **B C E**
BLAUBEERJOGHURT **B**

DIENSTAG

BLUMENKOHL-KOKOSSUPPE MIT FRISCHEM INGWER **A**
KRÄUTERBULGUR MIT MÖHREN UND ZUCHINI **A C**
HUMUS **S** u. JOUGURTSAUCE **B**
QUARK MIT HIMBEEREN **B**

MITTWOCH

NUDELSUPPE MIT FRISCHER PETERSILIE **A**
CHILLI CON CARNE
VEGGIE CHILLI **A D F**
ZITRONENPUDDING **B**

DONNERSTAG

HIRSE-PAPRIKASUPPE MIT FRISCHEM SCHNITTLAUCH **A**
LEBERKÄS MIT KARTOFFELSALAT
BROKKOLI-NUSS BACKLING MIT KARTOFFELSALAT **B**
BIO-APFEL

FREITAG

REISEINTOPF MIT FRISCHEN KRÄUTERN **A D**

Küche schließt um 13:00Uhr

Nächster Öffnungstag 9.4.18

Wir verarbeiten Obst und Gemüse aus dem Bio-Anbau. Durch den Verzicht auf eine Voranmeldung der Essensteilnehmer sowie durch Witterungseinflüsse kann es zu kurzfristigen Speiseplanänderungen kommen. Wir bitten dafür um Ihr Verständnis. Wir verwenden bis auf wenige Ausnahmen keine kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe. Eine Liste hierzu sowie zu den Allergenen finden Sie als Aushang im Schaukasten.

VEGAN:A ,LACTOSE:B, GLUTEN:C, SELLERIE:D, EI:E,SESAM:S,SOYA:F