

# Speisenplan März 2024

## „Schulzentrum am Stern“

Änderungen vorbehalten	1.3.2024	4.3. – 8.3.2024	11.3. – 15.3.2024	18.3. – 22.3.2024	25.3. – 29.3.2024
<b>Montag</b>					
Essen 1		BIO- Jagdwurst (Schwein) in Tomatensoße <sub>w, L, N</sub> mit BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Obst, Gemüsestücke	Milchreis <sub>M</sub> mit Zimtzucker und Apfelmus, Gemüsestücke	Schnittlauchquark <sub>M</sub> mit Salzkartoffeln, Butter <sub>M</sub> , Banane, Gemüsestücke	Käse- Sahnesoße <sub>w, M</sub> mit bunten BIO- Fusilli <sub>w</sub> Apfel
Essen 2		Kartoffel Rosenkohl Auflauf <sub>w, M</sub> , Obst, Gemüsestücke	Blumenkohl- Käsemedaillon <sub>w, M, G</sub> mit Paprikasoße <sub>w</sub> und Salzkartoffeln, Apfelmus, Gemüsestücke	Mediterranes Ratatouille Gemüse mit Polentatasche <sub>w, M</sub> und BIO- Reis, Banane, Gemüsestücke	
<b>Dienstag</b>					
Essen 1		Fischstäbchen <sub>w</sub> mit Dillssoße <sub>w, M</sub> und Salzkartoffeln, Karotten- Krautsalat, Obst	Hühnerfrikassee <sub>w</sub> mit jungem Gemüse und BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst	Fischfrikadelle <sub>w, M</sub> , Honig- Senfsoße <sub>w, N</sub> und Salzkartoffeln, Möhrensalat, Obst	Eierfrikassee <sub>w, E</sub> mit jungem Gemüse und Kartoffelpüree <sub>M</sub> Obst
Essen 2		Sojageschnitzeltes mit Paprika <sub>w, S, N</sub> und BIO- Reis, Karotten- Krautsalat, Obst	Gemüsetaler <sub>w, M</sub> mit Kräutersoße <sub>w</sub> , Möhren und Salzkartoffeln, Gemüsestücke, Obst	Spinat Cremesoße <sub>w, M</sub> mit BIO- Penne <sub>w</sub> , Möhrensalat, Obst	
<b>Mittwoch</b>					
Essen 1		Gemüse Kartoffeltopf, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Vanillepudding <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Bunter Erbseneintopf mit Majoran <sub>L</sub> , BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Himbeerjoghurt <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Brühdudeln mit Hühnerfleisch <sub>w, E, L</sub> , BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Zitronenquark <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Bunter Linseneintopf <sub>L</sub> mit Thymian, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Birnenkompott
Essen 2		Brokkoli Sahne Soße <sub>w, M</sub> , BIO- Penne <sub>w</sub> , Edamer gerieben <sub>M</sub> , Vanillepudding <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Zucchini Soße <sub>w</sub> mit BIO- Vollkorn Rigatoni <sub>w</sub> , Himbeerjoghurt <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Rote Bete Bratling <sub>w</sub> , mit Meerrettich Soße <sub>w, M</sub> und Petersilienkartoffeln Zitronenquark <sub>M</sub> , Gemüsestücke	
<b>Donnerstag</b>					
Essen 1		Hähnchenschnitzel <sub>w</sub> , Geflügelsoße <sub>w</sub> , Bohnen und Petersilienkartoffeln, Obst, Gemüsestücke	BIO- Bratwurst <sub>L</sub> (Schwein) mit Soße <sub>w</sub> (Rind), Sauerkraut und Salzkartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Gemüseglasch mit Rindfleisch <sub>w</sub> und Kartoffelpüree <sub>M</sub> , Obst, Gemüsestücke	Kochklops (Schwein) in pikanter Soße <sub>w</sub> mit Mischgemüse und Salzkartoffeln, Obst
Essen 2		Bunte Kichererbsen Suppe <sub>L</sub> , BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Gemüsestücke	Kürbis- Gemüsesuppe <sub>L</sub> mit frischen Kräutern, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Gemüsestücke	Tomaten- Suppentopf mit BIO-Reis, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Gemüsestücke	Vegetarischer Kochklops <sub>E, W, S, L</sub> in pikanter Soße <sub>w</sub> mit Mischgemüse und Salzkartoffeln, Obst
<b>Freitag</b>					
Essen 1	Seelachsfilet <sub>w</sub> mit Rahmwirsing <sub>w, M</sub> und Petersilienkartoffeln, Gurkensalat, Obst	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung <sub>M</sub> , Sauerrahmdip <sub>M</sub> , Grüne Gurke, Obst	Kabeljaufilet mit Spreewälder Soße <sub>w, L, M</sub> , und Salzkartoffeln, Rote-Bete-Salat, Obst	Eierkuchen <sub>w, E, M</sub> mit Zucker und Apfelmus, Gemüsestücke	<b>Karfreitag</b>
Essen 2	Gemüsecurry mit Blumenkohl, Zucchini und Bohnen, BIO- Reis, Gurkensalat, Obst	Vegetarisches Chili mit BIO- Reis, Grüne Gurke, Obst	Tortellini mit Käsefüllung <sub>w, M, E</sub> und Tomatensoße <sub>w</sub> , Rote-Bete-Salat, Obst	Vegetarisches Geschnitzeltes mit Gemüse <sub>H, W, E, M</sub> und BIO- Bulgur <sub>w</sub> , Apfelmus, Gemüsestücke	



### Essen 3: verschiedene Salatboxen

**Frischetheke:** Wir bieten täglich frische Obst- und Gemüsestücke zu jedem Mittagessen an.

Wir verwenden Mehl nur in BIO- Qualität. Zucker wird nur als Roh-Rohrzucker in BIO- Qualität verarbeitet. Andere Produkte in BIO- Qualität sind im Speiseplan gekennzeichnet. DE-ÖKO-034

Entsprechend der LIMV weisen wir darauf hin, dass unsere Speisen grundsätzlich Spuren von folgenden Allergenen enthalten können:

**Deklarationen**  
M: Milchprodukte  
E: Ei  
C: Schalenfrüchte

L: Sellerie  
N: Senf  
S: Soja  
I: Sesam  
D: Dinkel  
G: Gerste  
H: Hafer  
R: Roggen  
W: Weizen

**BlauArt Catering GmbH**  
Werderscher Damm 8, 14471 Potsdam  
Tel. 03 31/ 2 75 17 44 (AB)  
Fax 03 31/ 2 75 17 28  
essen@blauart.de