

Speiseplan März 2026

„Schulzentrum am Stern“

Änderungen vorbehalten	02.03. – 06.03.2026	09.03. – 13.03.2026	16.03. – 20.03.2026	23.03. – 27.03.2026	30.03. – 31.03.2026
Montag Essen 1	Bolognese vom Rind _w mit Bio Penne _w Obst, Gemüsestücke	Frischkäsesoße _{w, M} mit Bio Spirelli _w Obst, Gemüsestücke	Putengulasch _w mit Rotkohl und Salzkartoffeln Obst, Gemüsestücke	Polenta-Spinat-Knuspertasche _{w, M} mit Schnittlauchsoße _w und Bio Reis Obst, Gemüsestücke	Vegetarisches Cilli mit Bio Reis Obst
Essen 2	Rote Bete Bratling _w mit Meerrettich- soße _{w, M} und Salzkartoffeln Obst, Gemüsestücke	Gemüsepfanne mit Sojastreifen _s und Bio Bulgur _w Obst, Gemüsestücke	Linsengemüse mit Pastinaken und Bio Reis Obst, Gemüsestücke	Gnocchi in Paprika-Creme-Soße _{w, M} , Obst, Gemüsestücke	
Dienstag Essen 1	Rührreier _{E, M, L} mit Rahmspinat _{w, M} und Salzkartoffeln Obst, Gemüsestücke	Grießbrei _{w, M} mit heißen Kirschen Obst, Gemüsestücke	Kabeljaufilet _F mit Zitronenbutter- soße _{w, M} und Bio Reis Karotten-Kraut-Salat, Obst	Eierkuchen _{w, E, M} mit Zucker und Apfelmus, Gemüsestücke	Eierragout mit jungem Gemüse _{w, E} mit Kartoffelpüree _M Banane
Essen 2	Vegetarische Bällchen in Gemüsesoße _{w, E} mit Bio Reis Obst, Gemüsestücke	Spinat Karotten Rösti _{w, H, E, M} mit Mango- Kokos-Soße _w und Salzkartoffeln Obst, Gemüsestücke	Kohlrabisuppe _L mit frischen Kräutern Bauernbrot _{w, R} Karotten-Kraut-Salat, Obst	Schmorkohl mit Rinderhackfleisch _w und Salzkartoffeln Apfelmus, Gemüsestücke	
Mittwoch Essen 1	Rote Linsensuppe mit Karotten, Bauernbrot _{w, R} Mango-Aprikosenjoghurt _M , Gemüse	Vegetarische Kartoffelsuppe _L mit Wiener (Geflügel), Bauernbrot _{w, R} Schokopudding _M , Gemüsestücke	Tomaten-Basilikumsoße _w mit Bio Penne _w Pfersichkompott, Gemüsestücke	Möhreneintopf mit Liebstöckel _L , Bauernbrot _{w, R} Heidelbeerquark _M , Gemüsestücke	
Essen 2	Fruchtige Tomatensoße _w mit Bio Spirelli _w , Reibekäse _M Mango-Aprikosenjoghurt _M , Gemüse	Mediterranes Ratatouillegemüse und Bio Reis mit Kurkuma und Limone Schokopudding _M , Gemüsestücke	Kartoffel-Gemüse-Auflauf _{w, M} Pfersichkompott, Gemüsestücke	Tofu-Gemüse-Ragout _{w, S} mit Bio Spirelli _w und Reibekäse _M Heidelbeerquark _M , Gemüsestücke	
Donnerstag Essen 1	Geflügelfrikadelle _{w, M} , Bratensoße (Geflügel) _w , grünen Bohnen und Salzkartoffeln Obst, Gemüsestücke	Kibbeling (Seelachs) _{w, E, M, F} mit Kräutersoße _{w, M} und Bio Reis Gurkensalat, Obst	Hähnchenschnitzel _w mit Geflügelsoße _w , Erbsengemüse und Salzkartoffeln Obst, Gemüsestücke	Bio Bratwurst (Schwein), Soße (Rind) _{w, N} , Sauerkraut und Salzkartoffeln Obst, Gemüsestücke	
Essen 2	Bunte Kichererbsensuppe _L , Bauernbrot _{w, R} Obst, Gemüsestücke	Champignonsoße _{w, M} mit Bio Penne _w , Reibekäse _M Gurkensalat, Obst	Gemüsepfanne mit Romanesco, Zucchini und Bohnen, Bio Bulgur _w Obst, Gemüsestücke	Bärlauchsuppe _{M, L} Bauernbrot _{w, R} Obst, Gemüsestücke	
Freitag Essen 1	Hokifilet _{w, F} mit Petersiliensoße _w , Blumenkohl und Salzkartoffeln Gemüsestücke	Hackbällchen (Schwein/Rind) in Karottensoße _{w, E} mit Kartoffelpüree _M Gemüsestücke	Käse-Sahne-Soße _{w, M} mit bunten Bio Spirelli _w Gemüsestücke	Fischstäbchen _{w, F} mit Dillsoße _{w, M} , Mischgemüse und Bio Reis Gemüsestücke	
Essen 2	Vegetarische Thaipfanne mit Kokosmilch und Bio Reis Gemüsestücke	Bunte Gemüsesuppe mit frischen Kräutern, Bauernbrot _{w, R} Gemüsestücke	Rosenkohleintopf mit Petersilie, Bauernbrot _{w, R} Gemüsestücke	Blumenkohl in Holländischer Soße _{E, M} mit Salzkartoffeln Gemüsestücke	



Essen 3: Salatbox / Salatbuffet

Frischetheke: Wir bieten täglich frische Obst- oder 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
F: Fisch
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