



Schulzentrum Meßstetten

Speisekarte

vom 06.10. bis 12.10.2025 (KW 41-2025)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Menülinie 1 *	Ratatouillegemüse (Tomate, Paprika, Zucchini) dazu kleine Kartoffeln und Karottensalat (P,3,5)	Süßkartoffelragout mit Kichererbsen und grüner Paprika (C) dazu Chinakohl an hausgem. Joghurtdressing (C,G,P,3,5)	Fischburger (Vollkornbrötchen mit Seelachsfrkadelle, Burgersauce, Salat und Tomate) (Aa,B,C,E,G,O) dazu Gurkensalat in Essig-Öl Dressing (G,P,3,5)	Vollkornpenne (Aa) mit Gemüse-Hackfleischsoße (Karotte, Lauch, Sellerie) (D) (Rind) dazu selbstgem. Bohnensalat (G,P,3,5)
empfohlene Beilage *		Parboiled Reis	Wedges (Aa)	
Menülinie 2 <i>Vegetarisch</i>			Vegetarisches Nasi Goreng (Gemüsereispfanne mit Ei) (B,H) dazu Gurkensalat in Essig-Öl Dressing (G,P,3,5)	Veg. Schnitzel paniert (Aa,Ac,Ad,B,C) mit Zitronenscheibe und Rahmsauce (C) dazu Bio-Erbesen-Möhrengemüse
Menülinie 3 <i>Fleisch/Fisch</i>	Hackfleischküchle (Schwein) (Aa,B,G) mit Rahmsauce (5,C) dazu Kaisergemüse	Cordon Bleu (Geflügel) (Aa,B,C,2,3,8) mit Bratensauce (5,G) dazu Bohnen		
Beilagen (wahlweise)	Bio-Gabelspaghetti (Aa) Kartoffelpüree (C)	Bio-Spirelli (Aa) Parboiled Reis	Wedges (Aa)	Serviettenknödel (Aa,B,C) Butterkartoffeln (C)
Dessert *	Bio-Obst	Fruchtiger Beerenjoghurt (Johannis-, Him-, Brom-, Heidelbeeren) (C) mit gerösteten Sonnenblumenkernen	Stracciatellajoghurt (C)	Obstsalat



Den Blick über den Tellerrand gibt's hier

