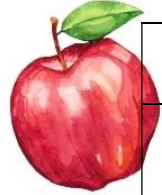




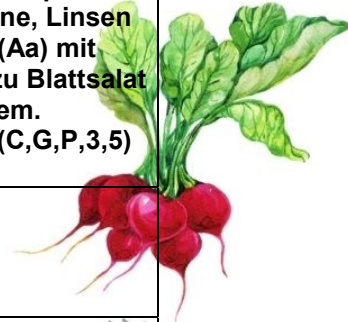
Schulzentrum Meßstetten

**Speisekarte**

vom 22.06. bis 28.06.2026 (KW 26-2026)



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<b>Menülinie 1</b> *	Rosmarinkartoffeln mit Porree, Champignons und Tomate dazu Möhren-Apfelsalat (G)	Veganer Bauertopf mit Tofu (H), Linsen, Brokkoli, Karotten und Kartoffeln dazu Vollkornbrötchen (Aa,Ab,Ac,Ad,O) und Eisbergsalat an selbstgem. Essig-Öl Dressing (G,P,1,3,5)	Wildlachsfilet (E) mit Zitronen-Dillsauce ( C) dazu Blattspinat	Cous Cous- Gemüsepfanne (Paprika, Aubergine, Linsen und Zucchini) (Aa) mit Tomatensauce dazu Blattsalat mit hausgem. Joghurdressing (C,G,P,3,5)
<b>empfohlene Beilage</b> *			Vollkornreis	
<b>Menülinie 2</b> <i>Vegetarisch</i>			Bio-Spaghetti (Aa) mit Tomatensauce und ger. Hartkäse ( C) dazu Gurkensalat in Essig-Öl-Dressing (G,P,3,5)	
<b>Menülinie 3</b> <i>Fleisch/Fisch</i>	Panierte Hähnchenfiltespitzen (Aa) mit Süß-Saurer Sauce (Aa,H) dazu Möhren-Apfelsalat (G)	Hackfleischküchle (Schwein) (Aa,B,G) mit Rahmsauce (5,C) dazu Sommergemüse		Gulasch (Rind) mit Karotten (5) dazu Bio-Kohlrabi
<b>Beilagen (wahlweise)</b>	Reis Mie-Nudeln (A,Aa,B)	Bio-Gabelspaghetti (Aa) Bio-Salzkartoffeln	Kartoffelpüree ( C) Vollkornreis	Knöpfle (Aa,B) Serviettenknödel (Aa,B,C)
<b>Dessert</b> *	Naturjoghurt ( C) mit Ahornsirup und Fruchtmüsli (Aa,Ac,Ad,Fb)	Heidelbeerquark ( C)	Obstsalat	Bio-Obst



Den Blick über den Tellerrand gibt's hier



Änderungen vorbehalten



Die mit Sternchen gekennzeichneten Menülinien entsprechen den "DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas, Schulen sowie Betrieben, Behörden und Hochschulen" und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert



Pioniere in Sachen  
Gemeinwohl-Bilanz

GEMEINWOHL  
ÖKONOMIE



DE-ÖKO-007