

# Schulbistro Maria Stern Speiseplan

18.03. – 22.03.2019

	<u>EINE WOCHE ZEIT... für achtsam kochen und essen</u>	<u>Preis</u>	<u>wir kochen diese Woche ausschließlich vegetarisch!</u>	<u>Preis</u>
<b>Montag</b>	<p><b>Menü 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gnocchi-Auflauf „alla Caprese“<sup>M/G<sub>W</sub></sup> mit Parmesanhaube</li> <li>Rote-Beete-Salat</li> <li>tagesaktuelles Obst vom Gärtner</li> </ul>	<p>4,00 €</p> <p>0,50 €</p> <p>0,50 €</p>	<p><b>Menü 2 NUR AUF VORBESTELLUNG **</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Knusper-Feta<sup>M</sup> - glutenfrei - auf Couscous-Salat<sup>G<sub>W</sub></sup> &amp; Hummus<sup>SES</sup></li> <li>tagesaktuelles Obst vom Gärtner</li> </ul>	<p>4,00 €</p> <p>0,50 €</p>
<b>Dienstag</b>	<p><b>Menü 1</b></p> <p>(Knödelbrot &amp; <b>BIO</b>-Eier von regionalen Lieferanten)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spinatknödel<sup>M/G<sub>W</sub>/BIO-Ei</sup> mit Buttersoße<sup>M</sup>, Parmesan<sup>M</sup> &amp; buntem Sauerkrautsalat</li> <li>Naturjoghurt<sup>M</sup> mit geriebenem Apfel</li> </ul>	<p>4,00 €</p> <p>0,50 €</p>	<p><b>Menü 2 NUR AUF VORBESTELLUNG **</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kartoffel-Plätzchen<sup>BIO-Ei</sup> mit Buttersoße<sup>M</sup>, Parmesan<sup>M</sup> &amp; buntem Sauerkrautsalat</li> <li>Naturjoghurt<sup>M</sup> mit geriebenem Apfel</li> </ul>	<p>4,00 €</p> <p>0,50 €</p>
<b>Mittwoch</b>	<p><b>Menü 1</b></p> <p>(mit frischen Eiern vom <b>BIO</b>-Bauern)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lauchcremesuppe<sup>M</sup></li> <li><b>NEU!</b> Topfen-Gries-Schmarrn<sup>M/G<sub>W</sub>/BIO-Ei</sup> mit Kirschgrütze &amp; Zimtucker</li> </ul>	<p>0,50 €</p> <p>4,00 €</p>	<p><b>Menü 2 NUR AUF VORBESTELLUNG **</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kichererbsen-Curry-Nockerl mit feurigem Paprika-Dip &amp; Salatgarnitur - glutenfrei -</li> <li>Kirschgrütze</li> </ul>	<p>4,00 €</p> <p>0,50 €</p>
<b>Donnerstag</b>	<p><b>Menü 1</b></p> <p><u>(Eiweiß-reiches Gericht, ersetzt Fisch &amp; Fleisch)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Penne<sup>G<sub>W</sub></sup> mit rote Linsen-Sugo - glutenfrei - - laktosefrei -</li> <li>Beilagensalat mit Grünkohl &amp; Apfeldressing</li> <li>Heidelbeer-Quark<sup>M</sup> m. Hafer-Knuspermüsli<sup>G<sub>H</sub>/SCH<sub>M</sub></sup></li> </ul>	<p>4,00 €</p> <p>0,50 €</p> <p>0,50 €</p>	<p><b>Menü 2 NUR AUF VORBESTELLUNG **</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vegetarisches Ofen-Chili - glutenfrei -</li> <li>Beilagensalat mit Grünkohl &amp; Apfeldressing</li> <li>Heidelbeer-Quark<sup>M</sup> m. Hafer-Knuspermüsli<sup>G<sub>H</sub>/SCH<sub>M</sub></sup></li> </ul>	<p>4,00 €</p> <p>0,50 €</p> <p>0,50 €</p>
<b>Freitag</b>	<p><b>Menü 1 NUR AUF VORBESTELLUNG</b></p> <p><u>(frische <b>BIO</b>-Eier &amp; Brot von lokalen Herstellern!)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Rührei „mexikanische Art“<sup>G<sub>W</sub>/Ei</sup> mit „Körner-Brot“<sup>G<sub>W</sub>/*/G<sub>H</sub></sup> &amp; Salatgarnitur</li> </ul>	<p>4,00 €</p>		

## Guten Appetit! Dein Bistroteam

Nudeln to go<sup>G</sup> & als Tellergericht, € 3,00 -**VEGAN**-

Auf Grund der Herstellungsbedingungen können Spuren von Allergenen in unserem Essen enthalten sein.

Änderungen der Speisefolge vorbehalten.

**\*\* SOLANGE VORRAT REICHT**

**Allergene:** glutenhaltiges Getreide = **G**; Weizen **G<sub>W</sub>**; Roggen **G<sub>R</sub>**; Gerste **G<sub>G</sub>**; Hafer **G<sub>H</sub>**; Dinkel **G<sub>D</sub>**;

Eier = **Ei**; Fisch = **F**; Erdnüsse = **ER**; Milch = **M**; Soja = **SO**;

Schalenfrüchte = **SCH**; Mandel **SCH<sub>M</sub>**; Haselnuss **SCH<sub>H</sub>**; Walnuss **SCH<sub>W</sub>**; Cashew **SCH<sub>C</sub>**; Paranuss **SCH<sub>PA</sub>**;

Pekannuss **SCH<sub>PE</sub>**; Pistazie **SCH<sub>PI</sub>**; Macadamianuss **SCH<sub>MA</sub>**

Sellerie = **SEL**; Senf = **SEN**; Sesam = **SES**; Sulfite = **SU**; Lupine = **LU**; Krebstiere = **KT**; Weichtiere = **WT**

**Zusatzstoffe:** Farbstoffe = **1**; Konservierungsstoffe = **2**; Antioxydationsmittel = **3**; Geschmacksverstärker = **4**; geschwefelt = **5**; geschwärzt = **6**; gewachst = **7**; Phosphat = **8**; Süßungsmittel = **9**; unter Schutzatmosphäre verpackt = **10**

\*: vom Hersteller bedingte Kennzeichnung: Kann Spuren von Ei, Soja, Schalenfrüchten enthalten