



Diesen Speiseplan hat die **Klasse 3a** für uns zusammengestellt! 😊

Speiseplan Woche 38 19.09.2022 – 23.09.2022

Montag	Spinattortellini mit Tomatensauce und Käse	Obst
Dienstag	Erbsensuppe mit Geflügelwiener Dessert: Sanddornquark	Tomate
Mittwoch	Rinderfrikadelle mit Bohngemüse und Kartoffelbrei	Obst
Donnerstag	American Pancakes mit Fruchtsoße	Gurkenräder
Freitag	Fischstäbchen „vegan“ mit Erbsengemüse und Vollkornreis	Obst



Diesen Speiseplan hat die **Klasse 3b** für uns zusammengestellt! 😊

Speiseplan Woche 39 26.09.2022 – 30.09.2022

Montag	Pizzasuppe mit Rinderhackfleisch	Obst
Dienstag	Nudeln mit Tomatensauce und Käse	Obst
Mittwoch	Putengyrospfanne mit Zaziki	Griechischer Salat
Donnerstag	Bio-Ei mit Senfsauce und Salzkartoffeln Dessert: Schokopudding	Obst
Freitag	Seelachs-Piccata mit Maiskörnern in Kräuterbutter und Kartoffelbrei	Bulgur-Paprika-Salat