

## Speiseplan 03.Juni bis 07.Juni 2019

### Menü 1

**Montag, 03.06.2019**

Panierter Fisch<sub>(F,a,c,g,i)</sub> mit buntem Gemüse  
und Kartoffelpüree<sub>(g)</sub>,  
Fruchtjoghurt<sub>(g)</sub>

**Dienstag, 04.06.2019**

Geflügelhacksteak<sub>(G,a,c,f,g,i,j)</sub> mit Sauce<sub>(a,c,g,i)</sub>  
und Kartoffeln, dazu Brokkoli,  
Vanillequark<sub>(g)</sub>

**Mittwoch, 05.06.2019**

Geschnetzeltes<sub>(S,a,c,g,i)</sub> Züricher Art mit  
Champignons und **Bio**-Reis, dazu Salat mit  
klarem Dressing<sub>(a,c,g,i)</sub>, Obst

**Donnerstag, 06.06.2019**

**Bio**-Nudeln<sub>(a)</sub> mit fruchtiger  
Tomatensauce<sub>(a,c,g,i)</sub> und Streukäse<sub>(g)</sub>, dazu  
Salat mit Joghurtdressing<sub>(a,c,g,i)</sub>,  
Schokopudding<sub>(g)</sub>

**Freitag, 07.06.2019**

Schweinerückensteak<sub>(s)</sub> mit Kräuterquark<sub>(g)</sub>  
und Kartoffeln  
Obst



mit **BIO** gekennzeichnete Komponenten stammen zu 100%  
aus ökologischem Landbau. DE-ÖKO-006

### Vegetarisch

**Montag, 03.06.2019**

Veget. Moussaka<sub>(V,a,f,g,i,j)</sub>,  
Fruchtjoghurt<sub>(g)</sub>

**Dienstag, 04.06.2019**

Kartoffeltaschen mit Frischkäse<sub>(a,c,g)</sub> und  
Tomatenragout, dazu Brokkoli,  
Vanillequark<sub>(g)</sub>

**Mittwoch, 05.06.2019**

Blumenkohlkäsemedaillon<sub>(a,c,g,i)</sub> mit Rahmsauce<sub>(V,a,c,g,i)</sub> und  
**Bio**-Reis, dazu Salat mit klarem Dressing<sub>(a,c,g,i)</sub>,  
Obst

**Donnerstag, 06.06.2019**

Schupfnudelpfanne<sub>(V,a,c,g,i)</sub> mit heller Sauce<sub>(V,a,c,g,i)</sub>  
und Kaisergemüse,  
Schokopudding<sub>(g)</sub>

**Freitag, 07.06.2019**

Grillgemüse mit Kräuterquark<sub>(g)</sub>  
und Kartoffeln,  
Obst

Speiseplan für  
**Schule & Mensa**

**LiLo. Einfach lecker.  
Einfach anders.**



**LiLo**

Die Küchenbetriebe  
der Lebenshilfe Gießen e.V.