

## Speiseplan 12.August bis 16.August 2019

### Menü 1

**Montag, 12.08.2019**

Maccaroniaufauf  
al Forno<sub>(G,a,c,g,i)</sub>, dazu **Bio**-Möhrengemüse  
Fruchtjoghurt<sub>(g)</sub>

**Dienstag, 13.08.2019**

Geflügelschnitzel<sub>(G,a,c)</sub> mit Rahmsauce<sub>(a,c,g,i)</sub>  
und Kartoffelpüree<sub>(g)</sub> dazu Salat mit klarem  
Dressing<sub>(a,c,g,i)</sub>  
Obst

**Mittwoch, 14.08.2019**

Rindergulasch<sub>(R,a,c,g,i)</sub> „ungarische Art“ mit  
**Bio**-Nudeln, dazu Salat mit  
Joghurtdressing<sub>(g)</sub>, Vanillepudding<sub>(g)</sub>

**Donnerstag, 15.08.2019**

Paniertes Fischfilet<sub>(F,a,c,g,d)</sub> mit  
Sensauce<sub>(a,c,g,i)</sub> und **Bio**-Kartoffeln, dazu Salat  
mit Sauerrahmdressing<sub>(g)</sub>, Obst

**Freitag, 16.08.2019**

Hirtenrolle<sub>(S,a,c,f,g)</sub> mit Dip<sub>(g)</sub>,  
und Tomatenreis, dazu Krautsalat,  
Fruchtquark<sub>(g)</sub>



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

vegetarisch (v), Schwein (S), Rind (R), Geflügel (G), Fisch (F) 1 = Farbstoffe; 2 = Konservierungsstoffe; 3 = Antioxidationsmittel; 4 = Geschmacksverstärker; 5 = Schwefeldioxid;  
6 = Phosphat; a = Glutenhaltige Getreide; b = Krebstiere/-erzeugnisse; c = Eier/-erzeugnisse; d = Fisch/-erzeugnisse; e = Erdnüsse/-erzeugnisse; f = Soja/-erzeugnisse; g = Milch/-erzeugnisse; h =  
Schalenfrüchte; i = Sellerie/-erzeugnisse; j = Senf/-erzeugnisse; k = Sesam/-erzeugnisse; l = Weichtiere/-erzeugnisse; m = Lupine; \* = in der Küche Erfragen

Speiseplan für  
**Schule & Mensa**  
**LiLo. Einfach lecker.  
Einfach anders.**

### Vegetarisch

**Montag, 12.08.2019**

Pfannenrösti<sub>(a,c,i)</sub> mit Crème Fraiche<sub>(g,i)</sub>,  
dazu **Bio**-Möhrengemüse,  
Fruchtjoghurt<sub>(g)</sub>

**Dienstag, 13.08.2019**

Vegetarischer Nudelaufauf<sub>(v,a,c,g,i)</sub>  
mit Käse<sub>(g)</sub> überbacken,  
dazu Salat mit klarem Dressing<sub>(a,c,g,i)</sub>  
Obst

**Mittwoch, 14.08.2019**

Veget. Geschnetzeltes<sub>(a,gf)</sub> „ungarische Art“  
mit **Bio**-Nudeln, dazu Salat mit Joghurtdressing<sub>(g)</sub>  
Vanillepudding<sub>(g)</sub>

**Donnerstag, 15.08.2019**

Herzhaft gefüllte Pfannkuchen<sub>(c,g)</sub>  
dazu Salat mit Sauerrahmdressing<sub>(g)</sub>  
Obst

**Freitag, 16.08.2019**

Ravioli<sub>(v,a,\*)</sub> mit Tomaten-  
Basilikumsauce<sub>(a,c,g,i)</sub>,  
Fruchtquark<sub>(g)</sub>



**LiLo**

Die Küchenbetriebe  
der Lebenshilfe Gießen e.V.

Änderungen behalten wir uns vor!