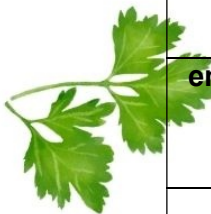
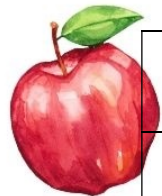




Schulzentrum Meßstetten

Speisekarte

vom 14.09. bis 20.09.2026 (KW 38-2026)



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Menülinie 1 *	Mildes Thai-Gemüsecurry (Bohnen, Champignons und Zuckerschoten) mit Cashews (D,Fd) dazu Eisbergsalat mit selbstgem. Essig-Öl Dressing (G,P,1,3,5)	Vollkornweizentortillas (Aa) mit Chili sin carne (Soja Bolognese, Kidney-Bohnen und Mais) (H) dazu Eisbergsalat an hausgem. Joghurtdressing (C,G,P,3,5)	Gemüse-Kartoffel-Linsenpfanne (Karotte, Zucchini, Paprika, Lauch) (B,C) mit Hüttenkäse-Fetadip (C) dazu Karottensalat (P,3,5)	Rotbarsch in Schnittlauchsauce (C,E) dazu Bio-Erbesen
empfohlene Beilage *	Vollkornreis			Petersilienkartoffeln
Menülinie 2 Vegetarisch				Kraut-Schupfnudeln (Aa,B) dazu Blattsalat an hausgem. Joghurtdressing (C,G,P,3,5)
Menülinie 3 Fleisch/Fisch	Paniertes Schnitzel (Schwein) (Aa) mit Rahmsauce (5,C) dazu Wintergemüse	Rostbratwurst (Schwein) (2,8,D,G) mit Bratensauce (5,G) dazu Bio-Brokkoli	Fleischbällchen (Rind) (Aa,B,C) in Tomatensauce dazu Mixgemüse	
Beilagen (wahlweise)	Kartoffelgratin (B,C,8) Vollkornreis	Kartoffelpüree (C) Bio-Gabelspaghetti (Aa)	Bio-Bandnudeln (Aa) Reis	Bio-Spätzle (Aa,B) Petersilienkartoffeln
Dessert *	Selbstgemachter Grießbrei (Aa,C) mit Roter Grütze (Johannisbeer, Erdbeer, Brombeer)	Hausgem. Vanillejoghurt (C)	Pfirsichquark (C)	Bio-Obst

Den Blick über den Tellerrand gibt's hier

