



Schulzentrum Meßstetten

Speisekarte

vom 03.11. bis 09.11.2025 (KW 45-2025)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Menülinie 1 *		Hamburger (Vollkornbrötchen, mit Rinderhacksteak, Burgersoße, Tomate, Gurke, Eisbergsalat) (Aa,B,C,G,O) dazu Blattsalat mit hausgem. Joghurtdressing (C,G,P,3,5)	Mediterranes Ofengemüse (Zucchini, Paprika und Kirschtomaten) mit Kräuterdip (3) dazu Gurkensalat in Essig-Öl Dressing (G,P,3,5) - VEGAN -	Kabeljau (E) mit Sahnesauce (C) dazu Bio-Erbesen
empfohlene Beilage *		Wedges (Aa)	Quinoa	Bio-Salzkartoffeln
Menülinie 2 <i>Vegetarisch</i>		Bunte Schupfnudelpfanne mit Gemüse (Aa,B) und Frischkäsesauce (C) dazu Blattsalat mit hausgem. Joghurtdressing (C,G,P,3,5)		Vegetarische Ravioli (Tomate- Mozzarellafüllung) (Aa,B,C) mit Tomatensauce dazu Karottensalat (P,3,5)
Menülinie 3 <i>Fleisch/Fisch</i>			Schwäbische Linsen (Aa,D,P,3,5) mit Saitenwürstle (Geflügel) (G,D,2,3,8)	
Beilagen (wahlweise)		Wedges (Aa)	Quinoa Bio-Spätzle (Aa,B)	Bio-Gabelspaghetti (Aa) Bio-Salzkartoffeln
Dessert *		Zitronenjoghurt (C) mit gerösteten Haferflocken (Ad)	Bio-Obst	Heidelbeerjoghurt (C)



Den Blick
über den
Tellerrand
gibt's hier