

## IGS Am Everkamp, Wardenburg

Speiseplan 38. KW vom 16. bis 20. September 2019

### Dienstag

Geflügelbratwurst mit Kartoffeln und Currysauce <sup>3,8,h</sup>

**oder**

Kartoffel-Blumenkohl-Auflauf <sup>a1, c</sup>

und

Pflaumenquark <sup>c</sup>

### Mittwoch

Frikadellen vom Rind mit Kartoffelpüree und Erbsen <sup>a1, b, c, h</sup>

**oder**

Spinat-Lasagne <sup>a1,c</sup>

und

Rote Grütze mit Vanillesauce <sup>c</sup>

### Donnerstag

Gemüsefrikadelle mit Kräutersauce und Reis <sup>a4, b, c, d</sup>

**oder**

Tofugeschnetzeltes mit Nudeln <sup>a5, d, j</sup>

und

Apfelmus <sup>3</sup>

Änderungen vorbehalten.

Die vom Gesetzgeber vorgeschriebenen kennzeichnungspflichtigen Allergene und Zusatzstoffe entnehmen Sie bitte dem Aushang.