

BEST-Sabel Grundschule Kaulsdorf

Montag,
06.02. **Hähnchenfilets "Italia"; in Tomaten-Balsamico-Soße mit
Makkaroni und
Dessert**

382 kcal 4,80 BE F: 7 g KH: 58 g . E: 20 g

Dienstag,
07.02. **Schweineschnitzel; paniert , dazu
Kaisergemüse "naturell" ,
Salzkartoffeln ,
braune Rahmsoße und
Obst**

468 kcal 4,00 BE F: 20 g KH: 48 g . E: 21 g

Mittwoch,
08.02. **Rindergeschnetzeltes in Rahmsoße mit Champignons ,
dazu
Spätzle und
Dessert**

430 kcal 4,40 BE F: 11 g KH: 53 g . E: 26 g

Donnerstag,
09.02. **Alaska-Seelachsschnitte; in cremiger Buttersoße , dazu
Kartoffelpüree und
Salat**

313 kcal 2,50 BE F: 15 g KH: 31 g . E: 13 g

Freitag,
10.02. **Linsensuppe; mit geschnittener Wiener Wurst vom
Schwein (4, 5),
Mini-Brötchen-Mix und
Dessert**

574 kcal 4,50 BE F: 26 g KH: 54 g . E: 24 g

BEST-Sabel Grundschule Kaulsdorf

Montag,
13.02.

**Klopse in Soße nach Königsberger Art vom Schwein ,
dazu
Langkornreis und
Dessert**

439 kcal 5,20 BE F: 14 g KH: 63 g . E: 16 g

Dienstag,
14.02.

**gegrillte Hähnchenkeule , dazu
Salzkartoffeln ,
Buttergemüse "naturell" und
Geflügelbratensoße ,
Obst**

542 kcal 3,40 BE F: 24 g KH: 41 g . E: 36 g

Mittwoch,
15.02.

**Hähnchenfilets "Fresh kick"; in feiner Joghurtsoße ,
dazu
Langkornreis und
Dessert**

420 kcal 5,20 BE F: 9 g KH: 62 g . E: 22 g

Donnerstag,
16.02.

**Quarkkeulchen mit
Apfelmus / oder Eintopf ,
Gemügesticks**

380 kcal 4,80 BE F: 8 g KH: 58 g . E: 17 g

Freitag,
17.02.

**Erbsensuppe; mit Wiener Wurst vom Schwein (4, 5),
Mini-Brötchen-Mix und
Dessert**

563 kcal 4,30 BE F: 25 g KH: 52 g . E: 24 g

BEST-Sabel Grundschule Kaulsdorf

Montag,
20.02.

**Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße (4, 5), dazu
Spiralnudeln und
Dessert**

475 kcal 5,30 BE F: 15 g KH: 63 g . E: 19 g

Dienstag,
21.02.

**Eier in Senfsoße , dazu
Salzkartoffeln und
Salat**

426 kcal 3,40 BE F: 19 g KH: 41 g . E: 19 g

Mittwoch,
22.02.

**Geflügelfrikadellen "Florentin"; in Spinat-Rahmsoße ,
dazu
bunter Reis und
Dessert**

467 kcal 5,50 BE F: 14 g KH: 65 g . E: 19 g

Donnerstag,
23.02.

**Rinderschmorbraten; in Champignonsoße , dazu
Brokkoli "naturell" und
Kartoffelpüree ,
Gemüsesticks**

380 kcal 2,80 BE F: 18 g KH: 34 g . E: 18 g

Freitag,
24.02.

**Herzhafter Möhreeneintopf mit Schweinefleisch ,
Mini-Brötchen-Mix und
Dessert**

425 kcal 3,50 BE F: 20 g KH: 42 g . E: 14 g

BEST-Sabel Grundschule Kaulsdorf

Montag,
27.02.

**Putengeschnetzeltes; in Brokkoli-Rahmsoße , dazu
Spiralnudeln und
Dessert**

433 kcal 4,40 BE F: 12 g KH: 53 g . E: 27 g

Dienstag,
28.02.

**Salzkartoffeln mit
Kräuterquark und
Gemügesticks**

241 kcal 3,20 BE F: 6 g KH: 38 g . E: 6 g

Mittwoch,
29.02.

**Räuberpfanne mit Hackfleisch vom Schwein und Rind ,
dazu
Langkornreis und
Dessert**

397 kcal 5,70 BE F: 7 g KH: 68 g . E: 14 g

Donnerstag,
01.03.

**panierter Seelachs gefüllt mit Kräutersoße; (geformt) ,
dazu
Kartoffelpüree und
Blumenkohl-Brokkoli-Gemüse in Soße ,
Obst**

432 kcal 4,10 BE F: 19 g KH: 48 g . E: 14 g

Freitag,
02.03.

**Tomatensuppe mit Reis und Rindfleischklößchen ,
Mini-Brötchen-Mix und
Dessert**

384 kcal 4,40 BE F: 12 g KH: 53 g . E: 14 g
