

BEST-Sabel Grundschule Kaulsdorf

**Mittwoch,
04.01.** **Rindergeschnetzeltes in Rahmsoße mit Champignons ,
dazu
Makkaroni und
Obst**

436 kcal 4,30 BE F: 13 g KH: 52 g . E: 27 g

**Donnerstag,
05.01.** **Kleine Germknödel "Natur" mit
Kirschsoße / Eintopf und
Gemügesticks**

305 kcal 5,00 BE F: 3 g KH: 60 g . E: 8 g

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

477 kcal 3,70 BE F: 26 g KH: 44 g . E: 14 g

Guten Appetit!

Die kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe entnehmen Sie bitte
dem Aushang

Änderungen
vorbehalten

BEST-Sabel Grundschule Kaulsdorf

Montag,
09.01.

**Bunte Gemüse-Hackpfanne vom Rind , dazu
Orientalische Reismnudeln und
Dessert**

423 kcal 4,80 BE F: 10 g KH: 57 g . E: 22 g

Dienstag,
10.01.

**Sauerrahmgulasch vom Schwein mit
Erbsen und
Salzkartoffeln ,
Obst**

439 kcal 3,30 BE F: 16 g KH: 40 g . E: 27 g

Mittwoch,
11.01.

**Hühnerfrikassee mit
Langkornreis und
Dessert**

399 kcal 5,00 BE F: 9 g KH: 59 g . E: 19 g

Donnerstag,
12.01.

**Fisch im Backteig vom Alaska-Seelachs; portioniert ,
dazu
Dillsoße ,
Kräuterkartoffeln und
Salat**

507 kcal 4,70 BE F: 23 g KH: 56 g . E: 14 g

Freitag,
13.01.

**Bunter Nudel-Gemüse-Eintopf mit Rindfleisch ,
Mini-Brötchen-Mix und
Dessert**

303 kcal 2,70 BE F: 9 g KH: 33 g . E: 20 g

BEST-Sabel Grundschule Kaulsdorf

Montag,
16.01.

**Bolognese aus Hähnchenfleisch , dazu
Eier-Spaghetti und
Dessert**

394 kcal 4,30 BE F: 10 g KH: 51 g . E: 22 g

Dienstag,
17.01.

**Rinderfrikadellen; in Bratensoße , dazu
grüne Bohnen "naturell" und
Salzkartoffeln ,
Obst**

424 kcal 3,40 BE F: 19 g KH: 40 g . E: 17 g

Mittwoch,
18.01.

**Grießbrei mit
Kirschen / oder Eintopf ,
Gemüsesticks**

509 kcal 5,50 BE F: 22 g KH: 65 g . E: 11 g

Donnerstag,
19.01.

**Rindsbratwürstchen (4), dazu
Sauerkraut ,
braune Rahmsoße und
Kartoffelpüree ,
Dessert**

550 kcal 3,40 BE F: 35 g KH: 41 g . E: 12 g

Freitag,
20.01.

**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,
23.01.

**Mini-Geflügelbällchen in Rahmsoße mit
Spiralnudeln und
Dessert**

431 kcal 4,70 BE F: 13 g KH: 56 g . E: 20 g

Dienstag,
24.01.

**Rinderroulade; in herzhafter Soße (5), dazu
Rotkohl und
Salzkartoffeln ,
Obst**

407 kcal 3,70 BE F: 15 g KH: 44 g . E: 19 g

Mittwoch,
25.01.

**Pfannkuchen "Natur" , dazu
rote Fruchtgrütze / Eintopf und
Gemüsesticks**

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

Donnerstag,
26.01.

**Fischpfanne "Madras" vom Alaska Seelachs; in
Gemüsesoße mit
Langkornreis und
Salat**

381 kcal 5,10 BE F: 7 g KH: 61 g . E: 16 g

Freitag,
27.01.

**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

Guten Appetit!

Die kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe entnehmen Sie bitte
dem Aushang

Änderungen
vorbehalten