SILCHERSCHULE
Grund- und Werkrealschule

GRUND- UND WERKREALSCHULE

Speiseplan

16.11. – 19.11.2026

VEGETARISCH – FLEISCHLOS

VOLLKOST – FLEISCH ODER FISCH

MONTAG 16.11.

VEGETARISCH

Tellerrösti mit Pilz-Rahm-Gulasch, Blumenkohl und Salat

(c, a1, g, i)

VOLLKOST

Putenschnitzel mit Tomate und Käse überbacken, Kartoffeln und Tomaten-Soße

(a1, c, g, 2)

DESSERT **Schokoladen Donut** *(a1, g, 10, 2)*

DIENSTAG 17.11.

VEGETARISCH

Tortellini mit Kürbisfüllung in Pecorino-Sahnesoße und Wurzelgemüse

(c, a1, g, i, 5, 11)

VOLLKOST

Klarer Hühnereintopf mit Einlage, Kartoffeln, Brötchen und Salat

(a1, g, 5, 11)

DESSERT **Kaiserschmarrn** *(c, a1, g)*

MITTWOCH 18.11.

VEGETARISCH

Low Carb Asia Bowl mit Salat, Sprossen, Glasnudeln, Frühlingsrollen, Gemüse und Ingwer-Joghurt

(a1, c, f, g, 2, 5)

VOLLKOST

Pasta mit Putenschinken in Paprika-Kirschtomaten-Sahnesoße und Parmesan

(a1, g, 3, 4, 10)

DESSERT **Milchreis mit Zimt-Kirschen** *(a1, g, 10)*

DONNERSTAG 19.11.

VEGETARISCH

Indisches Kichererbsen-Curry in Garam Masala, Basmati Reis und Gemüse

(a1, c, f, g, i, 5)

VOLLKOST

Rinderragout mit Penne und Gemüse

(a1, g, i)

DESSERT **Quark mit Orangen-Mandarinen-Ragout** *(g)*