KW 49

Speiseplan des SBBZ Stegen

Zu Eurer Info - Für die Internate und in der Mensa stehen Euch Obst und ausreichend Trinkwasser zur Verfügung

30.11.2026 bis 03.12.2026	Montag 30.11.2026	Dienstag 01.12.2026	Mittwoch 02.12.2026	Donnerstag 03.12.2026
Menülinie 1 **Ausgewogen und mit wertvollen Zutaten**	 Seelachsfilet gebraten dazu Quark-Joghurt Dip (mit Gurken und Knoblauch) Blattsalat mit Essig-Öldressing und Kartoffelsalat aus Bio Kartoffeln * (F,G1,L,M,SE,Se) Rote Grütze	Pasta, Pasta, Pasta * Bio Vollkornspaghetti mit Tomatensoße geriebenem Goudakäse dazu Karottenrohkostsalat * (G1-G5,N,SE,L,M,E) Spekulatius mit Kirsch-Joghurtcreme im Glas	Bunte Gemüsepfanne aus asiatischem Gemüse und Bambus,Mungbohne,Wasserkastanie dazu Curry-Ingwersoße und Bio Naturreis * (SE,So,M,L) Apfel-Birnensalat	 Gekochter Rollschinken (Schweinehals,gepökelt und geräuchert) mit Sauerkraut und Kartoffelbrei aus Bio Kartoffeln * (S,2,3,4,L,M,N) buntes Lebkuchen Gebäck
Menülinie 2 **Feine vegetarische und vegane Küche** Veggie	Gemüsemaultaschen aus der Brühe dazu ein braunes Söße̊chen, Blattsalat mit Essig-Öldressing und Kartoffelsalat aus Bio Kartoffeln * (G1,E,SE,Se,M) Rote Grütze	Pasta, Pasta, Pasta * helle Bio Spaghetti mit Cambozolasoße und geriebenem Goudakäse, Karottenrohkostsalat * (G1,M,SE,L,E,N) Spekulatius mit Kirsch-Joghurtcreme im Glas	Frische gebratene Bio Pilze vom Süd-Kaiserstuhl, (Bio Kräuterseitlinge, Bio Shiitake, Bio Austernpilze) in Kräutersoße dazu heller Bio Jasminreis * (SE,M,L) Apfel-Birnensalat	Gebratene, vegetarische Bratwurst mit Sauerkraut, und Kartoffelbrei aus Bio Kartoffeln * (G1,L,M,N1,So) buntes Lebkuchen Gebäck
Heute gibt`s zum Abendessen .... **Euer bestelltes Rohkostgemüse wird am Montag in die Gruppen gesc**	 Gekochter Schinken und  Putenlyoner mit (G1-5,S,2,3,4,M) Goudakäse Aufschnitt dazu euer bestelltes Rohkostgemüse und Bauernbrot	  Fleischwurst vom Ring und Putensalami geschnitten dazu Goudaaufschnitt (, S,2,3,4,M)	Käseteller mit Frischkäse, Bio Bergkäse, Gouda und Brie dazu euer Rohkostgemüse und Bauernbrot (G1-5,1,2,M,L)	 "Curry Wurst" Lange Rote Bratwurst oder vegetarische Bratwurst, pikante Dip Soße und Ciabattabrot * (S,2,3,4,G1,SS,)

BIO)E-ÖKO-006

Unsere Küche ist Bio zertifiziert. Wir verwenden in dieser Woche folgende Bio Zutaten:
Bio Kartoffel, Bio Vollkornspaghetti, Bio helle Spaghetti, Bio Bergkäse, Bio Kräuterseitlinge, Bio Shiitake, Bio Austernpilze, Bio Naturreis, Bio Jasminreis
Informationen zu den deklarationspflichtigen Zusatzstoffen und Allergenen findet Ihr am Aushang in der Mensa und der Homepage.

Salatsoße : Essig-Öl Dressing: Se
Joghurtdressing- L,M,E,G1,1