

# Speisekarte

## Kantine -Sportschule Frankfurt (Oder)

| 6                 |                                | Montag                                                                                 | Dienstag                                                                                                           | Mittwoch                                                                                                                | Donnerstag                                                                                                      | Freitag                                                                                                      |
|-------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   |                                | 08.04.2024                                                                             | 09.04.2024                                                                                                         | 10.04.2024                                                                                                              | 11.04.2024                                                                                                      | 12.04.2024                                                                                                   |
| Hauptkomponente   | Schwein                        | Kasselerbraten                                                                         | Königsberger Kochklopse(a,12,13)  | Geschnetzeltes "Züricher Art"(a,21)  | Krautgulasch                                                                                                    | Krustenbraten                                                                                                |
|                   | Geflügel                       | Hühnerfrikassee(21,a) mit buntem Gemüse(i)                                             | Hähnchenschnitzel(a,13)                                                                                            | Hähnchennuggets(a,13)                                                                                                   | Brühereis(a,13,i) mit Hühnerfleisch                                                                             | Putengulasch "UngarischeArt"(a,i)                                                                            |
|                   | Rind/ Fisch                    | Seelachs im Backteig(a,13)                                                             | Spätzleintopf mit Rindfleisch (i,a,13,15)                                                                          | Pangasiusfilet, gedünstet                                                                                               | Fischcurry(a) indischer Art  | Seelachs, natur gebraten  |
|                   | diverses ( z. Bsp.vegetarisch) | Blumenkohl-Möhreneintopf(i)                                                            | Kräuterquark(21) mit Leinöl oder Butter                                                                            | Mexikanische Nudelpfanne(a,13) mit Mais und Kidneybohnen                                                                | Gemüse Knusperbagel(a,13,e,i,k,j)                                                                               | Weizenebly(a) mit Gartengemüse(i)                                                                            |
| Sättigungsbeilage |                                | Kartoffeln                                                                             | Kartoffeln                                                                                                         | Salzkartoffeln                                                                                                          | Kartoffeln                                                                                                      | Kartoffelpüree(21)                                                                                           |
|                   |                                | Reis  |                                                                                                                    | Wildreis                                                                                                                | Nulden(a,13)                 | Kartoffeln                |
|                   |                                | Bandnudeln(a,13)                                                                       | Reis                              | Spätzle(a,13)                        | Reis                                                                                                            | Reis                                                                                                         |
|                   |                                |                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                                         |                                                                                                                 |                                                                                                              |
| Gemüse            |                                | Wachsbrechbohnen                                                                       | Rote Bete                                                                                                          | Erbsen, mittelfein                                                                                                      | Möhrensalat                                                                                                     | Bayrisch Kraut(9)                                                                                            |
|                   |                                | Sauerkraut                                                                             | Buntes Gemüse                                                                                                      |                                                                                                                         | Mischgemüse                                                                                                     | Erbsen                                                                                                       |
|                   |                                | Fingermöhren                                                                           | Mischgemüse                                                                                                        | Gurkensalat                                                                                                             | Gurkensalat                                                                                                     | Möhrengemüse                                                                                                 |
|                   |                                |                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                                         |                                                                                                                 |                                                                                                              |
| Soßen             |                                | Käutersoße(a,21)                                                                       | Paprikasoße(a)                                                                                                     | Bratensoße(a)                                                                                                           | Süß/sauer Soße(20)                                                                                              | Dillsoße(a,21)                                                                                               |
|                   |                                | Bratensoße(a)                                                                          | Kräuterquark(21)                                                                                                   | Kräutersoße(a,21)                                                                                                       | Kräuterjoghurt(21)                                                                                              | Schnittlauchquark(21)                                                                                        |
|                   |                                |                                                                                        | Karpensorße(a,19,9)                                                                                                | Quarkdip(21)                                                                                                            |                                                                                                                 |                                                                                                              |
|                   |                                |                                                                                        | Menüpreis Schüler 3,67€                                                                                            | Menüpreis Lehrer: 4,50€                                                                                                 | Menüpreis Gäste / externe: 5,50€                                                                                |                                                                                                              |

1=gewachst / 2= geschwärzt / 3= mit Gesschmacksverstärker / 4= mit Konservierungstoffen / 5= geschwefelt / 6= mit Farbstoffen / 7= mit Antioxidationsmitteln / 8= mit Süßungsmittel(n) / 9= mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln / 10= mit Phosphat / 11= Formfleisch / 12= hergestellt aus fein zerkleinertem Fleisch / 13= mit Ei bzw. daraus hergestellte Erzeugnisse / 14= mit Salatmayonaise / 15= mit Pökelsalz / 16= koffeinhaltig / 17= chininhaltig / 18= mit Milcheiweiß / 19= mit Planzeneiweiß / 20= mit Stärke / 21= unter Verwendung von Milch / 22= unter Verwendung von Sahne / 23= Fettglasur / 24= mit Taurin / 25= enthält eine Phenylalaninquelle  
a) Glutenhaltiges Getreide / b) Krebstiere / c) Fisch / d) Erdnüsse / e) Soja / f) Schalenfrüchte (bestimmte Nüsse) / i) Sellerie / j) Senf / k) Sesamsamen