Freie WALDORFSCHULE Isartal

Speiseplan Malve

vom 26.-30.10.2026

Montag:

Suppe:	Tagessuppe (2)
Hauptspeise:	Kürbis-Zucchini-Kichererbsen Curry mit Reis
Salat:	Salatbuffet
Dessert:	Traubenjoghurt (3)

Dienstag:

Suppe:	Tagessuppe (2)
Hauptspeise:	Bratwurst mit Kartoffelpüree und Rosenkohl (3)
Alternativ:	Kartoffelgulasch mit Rosenkohl
Salat:	Salatbuffet
Dessert:	Vanillepudding (3)

Mittwoch:

Suppe:	Tagessuppe (2)
Hauptspeise:	Nudeln mit Tomatensauce und Parmesan (1)
Salat:	Salatbuffet
Dessert:	Fruchtquark (3)

Donnerstag:

Suppe:	Tagessuppe (2)
Hauptspeise:	Goldbarsch gebacken mit Remoulade und Kartoffelsalat (1,3,4,5)
Salat:	Salatbuffet
Dessert:	Zitronenkuchen (1,4)

Freitag: **Nachhaltigkeits-Freitag**

Suppe:	Tagessuppe (2)
Hauptspeise:	
Salat:	Salatbuffet
Dessert:	

Allergene können beim Koch zusätzlich erfragt werden.

Wir wünschen guten Appetit!

Änderungen des Speiseplans behalten wir uns vor.

Allergene:

1= Glutenhaltiges Getreide
2= Sellerie
3= Milch
4= Eier
5= Fisch
6= Soja
7= Senf
8= Lupinen
9= Schalenfrüchte
10= Sesam
11= Erdnüsse
12= Schwefeldioxid u Sulfat

Zusatzstoffe:

13= mit Farbstoff
14= mit Konservierungsstoff
15= mit Antioxidationsmittel
16= mit Geschmacksverstärker
17= geschwefelt
18= geschwärzt
19= gewachst
20= mit Phosphat
21= mit Süßungsmitteln
22= enth.eine Phenylalaninquelle
23= k.b.ü.V.abführend wirken
24= genetisch verändert