



Freie Rudolf-Steiner-Schule Ottersberg

Dies und Das aus dem Schulcafé

Liebe Schulgemeinschaft,

der neue Speiseplan für die Woche: Mo, 19.08.06.19 - Do, 22.08.19 ist fertiggestellt. Auf der nachfolgenden Seite sehen Sie diesen gerne ein.



Wir freuen uns auf Sie.

Nutzen Sie bitte auch einmal die Gelegenheit, um Anregungen, Wünsche und Ideen Ihrerseits mitzuteilen. Auch Speisen oder Rezepte, die Ihre Kinder „lieben“, dürfen Sie natürlich gerne zusenden.

Vollwertige, wertvolle neue Speisen nehmen wir gerne in den abwechslungsreichen Speiseplan mit auf. Die Voraussetzungen zur Umsetzung dazu müssen natürlich gegeben sein. Wir kochen stets frisch, ein fast 100%iger Anteil aus der regionalen Bio und Demeter-Produktion wird verarbeitet.

Ihre E-Mail senden Sie bitte an:

elke.hauck@frss-ottersberg.de

Liebe Grüße aus unserem Schulcafé.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Tages Suppe	Tages Suppe	Tages Suppe	Tages Suppe
Spaghetti Bolognese-Sauce geriebener Parmesan	Rahmspinat Kräuter-Rührei Bauernspätzle	Currygericht mit Chinakohl, Blumenkohl, Paprika Möhren-Reis	Bunter Nudelsalat Bockwurstchen vegetarische Würstchen
Täglich: Reichhaltiges Salatbuffet bestehend aus verschiedener..... Rohkost, marinierte Salate, wechselndes Dressing od. Sauce...	...Balsamico, rot, weiß, Olivenöl, Kerne, auch gerösteteinen weiteren Salat „Überraschung“ aus der Schulküche
Joghurt mit geriebenen Äpfeln	frische Ananas Honigmelone, gewür- felt	Vanille- Pudding	Quarkspeise mit Bananen



Allergene und Zusatzstoffe unserer Speisen können Sie beim Küchenpersonal erfragen und ggf. in der ausliegende Liste direkt im Schul-Café einsehen.