

Speiseplan der Schulküche¹⁵

für die Woche vom 13. – 17. Oktober 2025



Waldorfschule
Märkisches Viertel
Berlin

MONTAG	asiatische Nudelpfanne ⁹ aus Mie-Nudeln ^{1(Weizen)} und Sojasoße
DIENSTAG	Hafer-Möhren-Bratlinge ^{1(Hafer),3,9} mit saure Sahne-Schnittlauch-Dipp ^{7,9}
MITTWOCH	INDISCHES VEGANES DAL MIT ROTEN LINSEN ⁹ UND BASMATI-REIS
DONNERSTAG	GRÜNKOHL ^{9,10} MIT BERLINER KNACKER ^{1(WEIZEN)} ALS EINLAGE, VEGETARISCH MIT TOFU-WÜRSTCHEN ⁶ ALS EINLAGE, DAZU KARTOFFELPÜREE ⁷
FREITAG	ERBSENEINTOPF ⁹ MIT GEHACKTER PETERSILIE UND SECHSKORNBROT ^{1(DINKEL, WEIZEN, HAFER, ROGGEN, GERSTE),11}