

# Speiseplan der Schulküche

für die Woche vom 3. – 7. November 2025



Waldorfschule  
Märkisches Viertel  
Berlin

|                   |                                                                                                                                                                      |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MONTAG</b>     | NUDELN BUNTE SPIRALEN <sup>1(WEIZEN)</sup><br>MIT GEMÜSESOBE <sup>9</sup><br>UND GERIEBENEM EMMENTALER <sup>7</sup>                                                  |
| <b>DIENSTAG</b>   | PALAK PANEER <sup>7,9</sup><br>SPINAT MIT INDISCHEM KÄSE<br>UND BASMATI-REIS                                                                                         |
| <b>MITTWOCH</b>   | PELLKARTOFFELN<br>MIT<br>KRÄUTERQUARK <sup>7,9</sup>                                                                                                                 |
| <b>DONNERSTAG</b> | TAFELSPITZ (GEKOCHTES RINDFLEISCH)<br>MIT MEERRETTICH <sup>7,9</sup><br>UND KARTOFFELN,<br>VEGETARISCH MIT TOFU                                                      |
| <b>FREITAG</b>    | HOKAIDOKÜRBIS-KARTOFFEL-EINTOPF <sup>7,9</sup><br>MIT GERÖSTETEN KÜRBISKERNEN<br>UND GEHACKTEN KRÄUTERN,<br>DAZU EIN SAATENBROT <sup>1(ROGGEN,DINKEL,HAFER),11</sup> |
|                   |                                                                                                                                                                      |