

Schulbuffet – tägliches Angebot (erstellt 2-2022 vom Buffetbetreiber Mayr-Stritzinger)

- **Müsli** mit frischen Obst **ohne** Zucker mit Honig
- **Aufstriche** auf Vollkornbrot und Semmel werden selbst gemacht
- 2-3 verschiedene **Obstsorten** und Obstschüsseln (nach Saison Äpfel, Birnen, Trauben)
- Leere Weckerl
- Weckerl mit Butter
- **Korngebäck** mit Käse, Salat, und Gemüse
- **Korngebäck** mit Wurst, Salat und Gemüse
- Weckerl mit Mozarella, Salat und Tomaten
- Montag bis Freitag **warmes Tages Angebot**
 - z.B. Toast, Würstel, Pizza, Gemüseschnitzel, Wrap, usw.
 - Schnitzel mit Salat
 - Pizza Schinken und Margarita
 - Gemüseschnitzel mit Salat
 - Hamburger mit Salat
 - Schinken-Käse-Toast oder Käse-Toast
 - Leberkäse
 - Kartoffelsuppe, Kürbis-Suppe, Kaspresssuppe, Gulaschsuppe
 - Pasta mit verschiedenen Saßen
 - Gemüselasagne, Spinatlasagne
 - Geschnetzeltes mit Gemüse und Reis
 - Curry mit Huhn und/oder Gemüse und Reis
- Süßigkeiten 7-8 verschieden Sorten
- Mehlspeise 7-8 verschieden Sorten
- Getränke: Milch, Kakao, Lattella, Mineral, Mineral mit Zitrone, Mineral mit Geschmack, gespritzter Apfelsaft, Eistee zuckerreduziert

Vorgaben „Gesundheitsförderliches Schulbuffet“

- Für gesunde Jause muss mehr Korngebäck mit Käse, Salat und Gemüse hergerichtet werden als mit Wurst
- Joghurt mit frischem Obst
- Aufstriche
- Mind. 2 verschiedene Obstsorten
- Bei warmen Speisen soll auch immer etwas Vegetarisches angeboten werden
- Bei den Süßigkeiten darf man 10 verschieden Sorten haben davon 3 kleinere
- 10 verschiedene Mehlspeisen davon 3 mit weniger Zucker
- Getränke mit wenig Zucker (bis zu 6,7 auf 100ml)