



KW 19: 09.05.-13.05.2022

Willy-Brandt-Gesamtschule

	Menü 1		Menü 2		Pasta-Teller		Salat-Teller
Montag	Kartoffel-Brokkoli-Cremesuppe 1, 7 eine Scheibe Vollkorntoast 1, 11	53 kcal 	Hühner-Frikassee in weißer Sauce mit Erbsen und Spargel 1, 7 Reis	95 kcal 	Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10		Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Dienstag	Gemüselasagne mit Bio-Erbse , Möhren, Paprika, Zucchini, Leinsamen und Mozzarella überbacken 1, 7	90 kcal 	Paniertes Hähnchenschnitzel 1, 3, 7 Kartoffel-Bio-Möhren untereinander 7	104 kcal 	***		Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Mittwoch	Schwenkkartoffeln 1, 10 Kräuterquark 1, 3, 7 Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10	122 kcal 	Gemüse-Frikadelle 1 Kartoffelpüree 7 Bohnen in Rahm 1, 7	65 kcal 	Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10		Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Donnerstag	Vegetarische Bolognese mit Tomaten, roten und braunen Linsen, Bio-Möhren , Sellerie und Lauch 1, 9, 10 Vollkorn-Pasta 1	109 kcal 	Gebratener Reis mit Rinderhackfleisch, Bio-Mais und Paprika 10 Gurken-Dip 1, 3, 7	135 kcal 	Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10		Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Freitag	Pizza-Tag 1, 7 mit Salat 1, 3, 7, 10	272 kcal 	***	***	***		Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages

Übersicht der 14 Haupt-Allergene: siehe Extra-Aushang

Kcal-Angaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Nährwerte pro 100g. Kurzfristige Änderungen des Speiseplans vorbehalten.

	= vegetarisch		= mit Rindfleisch
	= vegan		= mit Geflügelfleisch
	= Gemüse-/Rindfleischhybrid		
	= mit Fisch		