



KW 24: 13.06.-17.06.2022

Willy-Brandt-Gesamtschule

	Menü 1	Menü 2	Pasta-Teller	Salat-Teller
Montag	<p>Roter-Bohnen-Eintopf mit Bio-Mais , Paprika, Tomaten und Kartoffelwürfeln 1</p> <p>eine Scheibe Mehrkornbrot 1, 1c, 1e, 11</p> <p>60 kcal </p>	<p>Hähnchengulasch mit Paprika und Bio-Zwiebeln  1</p> <p>Vollkorn-Penne 1 108 kcal </p>	<p>Pasta 1</p> <p>Sauce 1, 3, 7, 9, 10</p> <p>Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>
Dienstag	<p>Bunte Pasta 1</p> <p>Käsesauce 1, 7</p> <p>Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10</p> <p>130 kcal </p>	<p>"Chili sin carne" mit Soja-Hack, Bohnen und Bio-Mais  1, 6, 10</p> <p>Langkornreis 110 kcal </p> <p>Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10</p>	<p>***</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>
Mittwoch	<p>Vollkornreis</p> <p>Ratatouillegemüse (Zucchini, Paprika, Zwiebeln) 1</p> <p>Blattsalat Joghurt-Dressing 1, 3, 7</p> <p>86 kcal </p>	<p>4 vegetarische Köttbullar 3</p> <p>Kartoffeln</p> <p>Möhren in Schnittlauchsauc 1, 7 94 kcal </p>	<p>Pasta 1</p> <p>Sauce 1, 3, 7, 9, 10</p> <p>Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>
Donnerstag	<p>***</p>	<p>***</p>	<p>***</p>	<p>***</p>
Freitag	<p>Pizza-Tag 1, 7</p> <p>mit Salat 1, 3, 7, 10</p> <p>272 kcal </p>	<p>***</p>	<p>***</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>

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	