



KW 08: 19.02. – 23.02.2024

Willy-Brandt-Gesamtschule

	Menü 1	Menü 2	Pasta-Teller	Salat-Teller
Montag	Schwenkkartoffeln mit Rosmarin 10 Tomatenragout 1 Erbsen "natur" 86 kcal* 	Veganer Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Möhren, Sellerie und Lauch 1, 9 eine Scheibe Vollkorntoast 1, 1a 65 kcal* 	Pasta 1 Kohlrabi in Rahm 1, 7 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Dienstag	Vegane Bolognese mit Soja-Hack, roten Linsen, Bio-Tomaten , Möhren, Sellerie und Lauch 1, 6, 9 Vollkorn-Pasta 1 101 kcal* 	Kartoffelgratin mit Gouda überbacken 1, 3, 7 Fingermöhren "natur" 98 kcal* 	***	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Mittwoch	3 vegetarische Fischstäbchen auf Reisbasis 1, 1a Kartoffelpüree 7, c Rahmspinat 1, 7 76 kcal* 	Spirelli 1 Käse-Lauch-Sauce 1, 7 Blattsalat Joghurt-Dressing 1, 3, 7 99 kcal* 	Pasta 1 Tomatensauce mit Möhren, Sellerie und Lauch 1, 9 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Donnerstag	Kaisergemüse (Blumenkohl, Brokkoli, Karottenscheiben) in weißer Sauce mit Petersilie und Bio-Sonnenblumenkernen 1, 7 Salzkartoffeln 68 kcal* 	Hähnchenbrust "natur" in Bratensauce 1, 12, a Langkornreis Grüne Bohnen "natur" 81 kcal* 	Pasta 1 Süß-saure Sauce mit Erbsen und Möhrenstiften 1, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Freitag	Pizza Margherita mit Tomaten, Kräutern und Mozzarella überbacken 1, 7 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10 272 kcal* 	***	***	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages

Jedes Menü beinhaltet einen Beilagensalat.

Übersicht der Hauptallergene und Zusatzstoffe: siehe Extra-Aushang

= mit Rindfleisch	= vegetarisch
= mit Geflügelfleisch	= vegan
= mit Fisch	

kcal-Angaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Nährwerte **pro 100 g**. *Die genannten Werte sind nur als Orientierungshilfe zu verstehen. Kurzfristige Änderungen des Speiseplans vorbehalten.