



KW 12: 18.03. – 22.03.2024

Willy-Brandt-Gesamtschule

	Menü 1	Menü 2	Pasta-Teller	Salat-Teller
Montag	Vegane Bolognese mit Bio-Tomaten roten und braunen Linsen, Möhren, Sellerie und Lauch 1, 9 Vollkorn-Pasta 1 109 kcal* 	Schwenkkartoffeln 10 Sauerrahm-Dip 1, 3, 7 Möhrensalat in Essig-Öl-Dressing 10 100 kcal* 	Pasta 1 Bratensauce mit Zwiebeln 1, 12, a Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Dienstag	Roter Bohneneintopf mit Mais, Paprika, Tomaten, Bio-Kartoffelwürfeln und Leinsamen 1 eine Scheibe Mehrkornbrot 1, 1a, 1b, 1c, 1e, 11 61 kcal* 	Pasta 1 Bio-Tomaten -sauce 1 Bohnensalat in Joghurt-Dressing 1, 3, 7 90 kcal* 	***	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Mittwoch	Gemüseschnitzel 1, 1a, 1e Béchamel-Kartoffeln 1, 3, 7 Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10 77 kcal* 	Lachs-Gemüse-Sauce mit Brokkoli, Erbsen und Bio-Karotten 1, 4, 7 Vollkornreis 99 kcal* 	Pasta 1 Tomatensauce mit Paprika und Zwiebeln 1 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Donnerstag	Milchreis 7 Rote Grütze "kalt" 78 kcal* 	Geflügelfrikadelle in Bratensauce 1, 1a, 3, 7, 9, 10, 12, a Kartoffel-Möhren-Stampf 7, c 75 kcal* 	Pasta 1 Kräutersauce 1, 7 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.

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

Übersicht der Hauptallergene und Zusatzstoffe: siehe Extra-Aushang

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.