



KW 15: 08.04. – 12.04.2024

Willy-Brandt-Gesamtschule

| | Menü 1 | Menü 2 | Pasta-Teller | Salat-Teller |
|-------------------|---|---|---|--|
| Montag | Tomatencremesuppe mit Bio-Tomaten , Reismudel-Einlage und Bio-Leinsamen 1, 1a, 3, 7 eine Scheibe Vollkorntoast 1, 1a 57 kcal* | Kartoffelgratin mit Hartkäse überbacken 1, 3, 7 Wirsing in Rahm 1, 7 86 kcal* | Pasta 1 Kokossauce 1, 7 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10 | Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages |
| Dienstag | Brokkoliröschen und Paprikastreifen in Käsesauce 1, 7 Salzkartoffeln 72 kcal* | Eine Geflügelbrust in Bratensauce 1, 7, 9, 12, a Pasta 1 Möhrensalat in Joghurt-Dressing 1, 3, 7 110 kcal* | *** | Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages |
| Mittwoch | Vollkorn-Pasta 1 Paprika, rote Linsen, Mais und Bio-Möhren in Tomatensauce 1 115 kcal* | Seelachs im Backteig 1, 1a, 4 Langkornreis Erbsen in Rahmsauce 1, 7 127 kcal* | Pasta 1 Käsesauce 1, 7 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10 | Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages |
| Donnerstag | Kleine Ofenkartoffeln (mit Schale) 10 Spargelsauce 1, 7 Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10 63 kcal* | "Chili sin carne" mit Soja-Hack, Mais, Kidneybohnen, Tomaten und Bio-Zwiebeln 1, 6, 10 Vollkornreis 90 kcal* | Pasta 1 Zucchini-Auberginen-Ragout 1 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.