



KW 25: 17.06. – 21.06.2024

Willy-Brandt-Gesamtschule

	Menü 1	Menü 2	Pasta-Teller	Salat-Teller
Montag	Bio-Zucchini - Tomaten-Ragout 1 Pasta 1 Wachsbohnenalat in Essig-Öl-Dressing 10 72 kcal* 	Mexikanisches Soja- Hack-Ragout mit Tomaten, Paprika, Mais und Kidneybohnen 1, 1c, 6 Vollkornreis Schnittlauch-Dip 1, 3, 7 130 kcal* 	Pasta 1 Preiselbeerrahmsauce 1, 7 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Dienstag	Tomaten-Linsen-Sauce mit roten und braunen Linsen 1 Salzkartoffeln Bio-Grüne Bohnen "natur" 83 kcal* 	Lachs-Lasagne mit Bio-Blattspinat und Gouda überbacken 1, 4, 7 Möhrensalat in Joghurt-Dressing 1, 3, 7 114 kcal* 	***	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Mittwoch	4 vegane Nuggets auf Reisbasis 1, 1a, 1c, h Langkornreis süß-saure Sauce "kalt" 1, 10 Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10 117 kcal* 	Hähnchenbrust "natur" in Bratensauce 1, 12, a Kartoffelpüree 7, c Fingermöhren "natur" 62 kcal* 	Pasta 1 Spinatrahmsauce 1, 7 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller Topping des Tages
Donnerstag	Tomatencremesuppe mit Bio-Tomaten , Reismudel-Einlage und Bio-Leinsamen 1, 1a, 3, 7 eine Scheibe Vollkorntoast 1, 1a 52 kcal* 	3 süße Eierpfannkuchen 1, 1a, 3, 7 Rote Grütze "kalt" 148 kcal* 	Pasta 1 Tomatencremesauce 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. "natur" = naturbelassenes Gemüse, in seinem natürlichen Zustand belassen