



**KW 27: 01.07. – 05.07.2024**

**Willy-Brandt-Gesamtschule**

	Menü 1	Menü 2	Pasta-Teller	Salat-Teller
<b>Montag</b>	Veganer Erbseneintopf mit Bio-Kartoffelwürfeln , Möhren, Sellerie und Lauch 1, 9  eine Scheibe Vollkorntoast 1, 1a  67 kcal* 	Nudelgratin mit Mozzarella überbacken 1, 3, 7  Wachsbohnenalat in Joghurt-Dressing 1, 3, 7  120 kcal* 	Pasta 1  Curryrahmsauce mit Früchten 1, 7, 10  Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller  Topping des Tages
<b>Dienstag</b>	Eieromelette 3, 7  Salzkartoffeln  Rahmspinat 1, 7  75 kcal* 	Pasta-Pfanne mit Tomaten, Paprika und Mais 1  Möhrensalat in Essig-Öl-Dressing 10  89 kcal* 	***	Bunter gemischter Salatteller  Topping des Tages
<b>Mittwoch</b>	Gemüseschnitzel 1, 1a, 1d, 1e  Langkornreis  Mais in Rahmsauce 1, 7  129 kcal* 	4 Hähnchen-Nuggets 1, 1a, 9, h  Kartoffelpüree 7, c  Erbsen und Möhren "natur"  95 kcal* 	Pasta 1  Käsesauce 1, 7  Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller  Topping des Tages
<b>Donnerstag</b>	Spaghetti 1  Kokossauce mit Zucchini, Paprika und Möhren 1, 7  Blattsalat mit Möhrenstiften und Bio-Sonnenblumenkernen Essig-Öl-Dressing 10  103 kcal* 	Mediterranes Gemüseragout mit Bio-Zucchini , Paprika, Zwiebeln und Lachs 1, 4  Langkornreis  93 kcal* 	Pasta 1  Süß-saure Sauce mit Auberginen, Möhren, Paprika und Zwiebeln 1, 10  Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10	Bunter gemischter Salatteller  Topping des Tages
<b>Freitag</b>	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