



KW 03: 13.01.-17.01.2020

Gesamtschule Rodenkirchen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	DONNERSTAG IST VEGGIETAG	Freitag
Menü 1 	1 vegetarischer Klops in Sauce 1, 3, 6, 10 dazu Kartoffeln und Rote Bete i	Pasta 1 "Bolognese" 1, 9 (vom Rind) dazu Möhren-Mais-Salat mit Essig-Öl-Dressing 10	Hähnchenschnitzel 1, 3 mit Rahmsauce 1, 7 dazu Kartoffel-Möhren-Stampf 7	3 süße Eierpfannkuchen 1, 3, 7 mit Apfelmus und Zimt & Zucker	Gemüseintopf mit Majoran und Bio-Kartoffelwürfeln* 1, 9 dazu Vollkorntoast 1, 11
Menü 2 	Hühnerfrikassee in weißer Sauce mit Bio-Erbsen* und Spargel 1, 7 dazu Reis	Vollkorn-Pasta 1 dazu Zucchini-Paprika-Bolognese mit Bio-Tofu* 1, 6, 9 und Möhren-Mais-Salat mit Essig-Öl-Dressing 10	Ebly-Gemüsepfanne mit Bohnen, Mais, Möhren, Paprika und Erbsen 1, 9, 10 dazu Petersiliensauce 1, 7 und Blattsalat mit Joghurt-Dressing 1, 3, 7	Schwenkkartoffeln 1, 10 mit Schnittlauch-Dip 1, 3, 7 dazu Blattsalat, Mais und Möhrenstifte mit Balsamico-Dressing 10	Kartoffel-Lachs-Spinat-Gratin mit Käse überbacken 1, 3, 4, 7
Schlemmi-Menü 					
	Salatteller 	Salatteller 	Salatteller 	Salatteller 	Salatteller

So können Sie bestellen: Rufen Sie uns an oder faxen Sie uns Ihre Wochenbestellung unter Angabe der Menü-Nummer. Im Falle einer Feiertagswoche teilen wir Ihnen den Bestellschluss frühzeitig mit. Kurzfristige Änderungen des Speiseplans vorbehalten. * BIO Produkt aus kontrolliert biologischem Anbau (DE-ÖKO-006). Allergenkennzeichnung nach VO (EU) 1169/2011 enthält: 1a Gluten° (1 Weizen°, 1b Roggen°, 1c Gerste°, 1d Dinkel°, 1e Hafer°, 1f Kamut°), 2 Krebstiere°, 3 Ei°, 4 Fisch°, 5 Erdnüsse°, 6 Soja°, 7 Milch einschließlich Laktose°, 8 Schalenfrüchte° (8a Mandeln, 8b Haselnuss, 8c Walnuss, 8d Cashewnuss, 8e Pekannuss, 8f Paranuss, 8g Pistazien, 8h Macadamia, 8i Queenslandnuss), 9 Sellerie°, 10 Senf°, 11 Sesam°, 12 Sulfite°, 13 Lupinen°, 14 Weichtiere° (°und daraus gewonnene Erzeugnisse). Betriebsbedingt können Spuren von 1-14 enthalten sein. Zusatzstoffkennzeichnung nach ZZuIV: a „mit Farbstoff“, b „mit Konservierungsstoff“, c „mit Nitritpökelsalz“, d „mit Antioxidationsmittel“, e „mit Geschmacksverstärker“, f „geschwefelt“, g „geschwärzt“, h „gewachst“, i „mit Phosphat“, j „mit Süßungsmittel(n)“, k „enthält Phenylalaninquelle“

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