



KW 04: 20.01.-24.01.2020

Gesamtschule Rodenkirchen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	DONNERSTAG IST VEGGIETAG	Freitag
Menü 1 	Putenbratwurst in Bratensauce 1 dazu Kartoffeln und Blumenkohl "natur" 	Indisches Kartoffel-Curry mit gelben Linsen, Blattspinat und Paprika 1, 10 dazu Bio-Reis* 	Bulgur-Salat mit Rosinen, Möhren und Zimt 1 dazu 3 Falafel-Bällchen 1 und Joghurt-Minz-Dip 1, 3, 7 "Kaltanlieferung" 	Eieromelett 3, 7 dazu Kartoffelpüree 7 und Bio-Möhren* in Schnittlauchsauce 1, 7 	Geflügel-Frikadelle 1, 3, 7, 10 mit Djuvecreis 1, 9 dazu Tzaziki 1, 3, 7
Menü 2 	Gemüseschnitzel (Möhren, Sellerie, Erbsen) 1, 3, 9, 10 dazu Kartoffeln und Blumenkohl in Rahm 1,7 	Hähnchengulasch 1 mit Pasta 1 dazu Blattsalat mit Joghurt-Dressing 1, 3, 7 	Pasta 1 dazu mediterrane Thunfischsauce mit Paprika, Zucchini und Zwiebeln 1, 4 	Asia-Pasta mit Möhren, Lauch und Paprika 1, 9, 10 dazu Kokossauce 1, 7 und Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing 10 	Möhren-Kokos- Cremesuppe mit Kartoffelwürfeln und Curry 1, 7, 10 dazu Vollkorntoast 1, 11
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 ZZuLV: a „mit Farbstoff“, b „mit Konservierungsstoff“, „mit Nitritpökelsalz“, c „mit Antioxidationsmittel“, d „mit Geschmacksverstärker“, e „geschwefelt“, f „geschwärzt“, g „gewachst“, h „mit Phosphat“, i „mit Süßungsmittel(n)“, j „enthält Phenylalaninquelle“

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