



## KW 11: 11.03.-15.03.2019

## Gesamtschule Rodenkirchen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	<b>DONNERSTAG</b> IST <b>VEGGIETAG</b>	Freitag
<b>Menü 1</b> 	Geflügelfrikadelle in Sauce 1, 3, 7, 10 dazu Kartoffel-Kürbis-Stampf 1, 7	4 Geflügelköttbullar in Bratensauce 1, 3, 7, 10 dazu Kartoffelpüree 7 und Rotkohl	2 Balkan-Sticks 1, 3, 9, 10 mit Tomatenreis 1 dazu Krautsalat in Joghurt-Dressing 1, 3, 7	Pasta-Pfanne mit Bio-Erbsen*, Paprika, Zwiebeln und Kräutern 1, 10 dazu Käsesauce 1, 3, 7 und Rohkost-Salat (Gurke, Möhre, Rotkohl und Weißkohl) mit Essig-Öl-Dressing 10	Kartoffelsuppe mit buntem Gemüse und Gartenkräutern 1, 7, 9 dazu Vollkorntoast 1, 11
<b>Menü 2</b> 	Pasta 1 mit Tomatensauce 1 dazu Blattsalat, Mais und Möhrenstifte mit Essig-Öl-Dressing 10	Gebratener Bio-Reis* mit Paprika, Erbsen und Möhren 10 dazu Tomatensauce 1 und Blattsalat mit Kräuter- Dressing 10	Vollkorn-Pasta 1 mit Zucchini-Basilikum- Tomatenragout 1	Kleine Ofenkartoffeln 1, 10 (mit Schale) dazu Kräuterquark 1, 3, 7 und Rohkost-Salat (Gurke, Möhre, Rotkohl und Weißkohl) mit Essig-Öl-Dressing 10	Fruchtiges Lachsragout mit Möhren, Apfelwürfeln und Curry 1, 4, 7, 10 dazu Bio-Pasta* 1 und Blattsalat mit Balsamico-Dressing 10
<b>Schlemmi- Menü</b> 					
	<b>Salatteller</b> 	<b>Salatteller</b> 	<b>Salatteller</b> 	<b>Salatteller</b> 	<b>Salatteller</b> 

**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. Zutaten, die zu den häufigsten Auslösern von Lebensmittelallergien gehören (Kennzeichnung 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 Kann betriebsbedingt Spuren von 1-14 enthalten. \* BIO Produkt Lebensmittelrechtliche Kennzeichnung: a „mit Farbstoff“, b „mit Konservierungsstoff“, c „mit Nitritpökelsalz“, d „mit Geschmacksverstärker“, e „geschwefelt“, f „geschwärzt“, g „gewachst“, h „mit Phosphat“, i „mit Süßungsmittel(n)“

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