



KW 12: 18.03.-22.03.2019

Gesamtschule Rodenkirchen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	DONNERSTAG IST VEGGIETAG	Freitag
Menü 1 	Erbsensuppe mit Suppengemüse, Kartoffelwürfeln und Geflügelwursteinlage 1, 9 dazu Vollkorntoast 1, 11 	Mais-Lauch-Rösti 3, 7, 9 mit Erbsen-Bio-Möhren*-Gemüse in Rahm 1, 7 dazu Reis 	Indisches Gemüsecurry mit roten und schwarzen Linsen, roter Thaicurrypaste und Kokosmilch 1, 9, 10 dazu Bio-Reis* 	Kartoffel-Brokkoli- Gratin 1, 3, 7 dazu Blattsalat mit Joghurt-Kräuter-Dressing 1, 3, 7 	Hähnchenragout 1 dazu Kartoffelpüree 7 und Möhrensalat in Tomaten-Joghurt-Dressing 1, 3, 7
Menü 2 	Erbsen-Soja-Bällchen in Tomaten-Kräuter-Sauce 1, 3, 6, 10 dazu Bio-Pasta* 1 mit Bohnen "natur" 	Hähnchenbrust "natur" in Bratensauce 1 dazu Erbsen und Bio-Möhren* "natur" und Reis 	Paniertes Seelachs 1, 4, 10 mit Remoulade 1, 3, 7 und Kartoffeln dazu Blattsalat, Mais und Möhrenstiften mit Essig-Öl-Dressing 10 	Pasta in Tomaten-Pesto 1, 7 dazu Blattsalat mit Joghurt-Kräuter-Dressing 1, 3, 7 	Blumenkohlcremesuppe mit Kartoffelstücken, Möhre, Lauch, Sellerie, Ingwer und Curry 1, 7, 9, 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. 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