



## KW 13 : 23.03.-27.03.2020

## Gesamtschule Rodenkirchen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	<b>DONNERSTAG</b> IST <b>VEGGIETAG</b>	Freitag
<b>Menü 1</b> 	Möhreneintopf mit Buchweizen, Kartoffelwürfeln und frischem Lauch 1 dazu Vollkorntoast 1, 11	"Bolognese" (vom Rind) 1, 9 dazu Pasta 1 und Blattsalat mit Joghurt-Dressing 1, 3, 7	Kartoffel-Brokkoli- Hirse-Auflauf mit Käse überbacken 1, 3, 7	Pasta-Gemüse-Auflauf mit Mais, grüne Bohnen, Zwiebeln, Kräuter und Käse überbacken 1, 7	Kartoffel-Gemüse-Rösti 1, 3 mit Reis dazu Möhren in Rahm 1, 7
<b>Menü 2</b> 	Vegetarische Ravioli mit Käse-Spinat-Füllung in Tomatensauce 1, 7, 9 dazu Erbsen "natur"	Kartoffel-Pfanne mit Karottenstreifen, Brechbohnen, Mais, Paprika und Erbsen 10 dazu Joghurtcreme "kalt" 1, 3, 7	Hähnchenbrust in Zitronensauce 1, 7 dazu Reis und Möhren "natur"	Kleine Ofenkartoffeln 10 (mit Schale) dazu Kräuterquark 1, 3, 7 und Rohkost-Salat (Möhrenstreifen, Weißkohl, Rotkohl) mit Essig-Öl-Dressing 10	Lachs-Spinat- Creme-Sauce 1, 4, 7 dazu Vollkorn-Pasta 1 und Blattsalat mit Essig-Öl-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 Antioxidationsmittel“, e „mit Geschmacksverstärker“, f „geschwefelt“, g „geschwärzt“, h „gewachst“, i „mit Phosphat“, j „mit Süßungsmittel(n)“

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