



KW 07: 14.02.-18.02.2022

Gesamtschule Elsdorf

	Menü 1		Menü 2		Pasta-Teller
Montag	Vollkorn-Reis-Pfanne mit Mais, Bio-Erbsen  und Möhrenstifte 10 Paprika-Dip 1, 3, 7		Hühner-Frikassee in weißer Sauce mit Erbsen und Spargel 1, 7 Reis		Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10
Dienstag	Penne in Tomaten-Pesto 1, 7 Blattsalat und Mais Joghurt-Dressing 1, 3, 7		Paniertes Hähnchenschnitzel 1, 3, 7 Kartoffeln-Bio-Möhren  untereinander 7		Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10
Mittwoch	Schwenkkartoffeln 1, 10 Kräuterquark 1, 3, 7 Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10		4 Geflügelbällchen in Bratensauce 1, 3, 7, 10 Kartoffeln Kohlrabi "natur"		Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10
Donnerstag	Vegetarische Bolognese mit Tomaten, roten und braunen Linsen, Bio-Möhren  , Sellerie und Lauch 1, 9, 10 Vollkorn-Pasta 1		Gebratener Reis mit Rinderhackfleisch, Bio-Mais  und Paprika 10 Gurken-Dip 1, 3, 7		Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10
Freitag	***		***		***

Übersicht der 14 Haupt-Allergene: siehe Extra-Aushang

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