



KW 06: 07.02.-11.02.2022

Gesamtschule Elsdorf

	Menü 1		Menü 2		Pasta-Teller
Montag	Vegetarischer Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Möhren, Lauch und Sellerie 1, 9 eine Scheibe Vollkorntoast 1, 11		Milchreis 7 rote Grütze "kalt" Zimt & Zucker		Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10
Dienstag	Bunte Pasta 1 Käsesauce 1, 7 Blattsalat Essig-Öl-Dressing 10		Hähnchenbrust "natur" in Bratensauce 1 Kartoffeln Erbsen "natur"		Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10
Mittwoch	Vollkornreis Ratatouillegemüse (Zucchini, Paprika, Zwiebeln) 1 Blattsalat Joghurt-Dressing 1, 3, 7		1 Rinderhacksteak 1 gebackene Ofenkartoffeln 1, 10 Tzaziki 1, 3, 7		Pasta 1 Sauce 1, 3, 7, 9, 10 Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10
Donnerstag	4 vegetarische Bällchen 3 Kartoffeln Möhren in Schnittlauchsauce 1, 7		Hähnchenwürfel in süß-saurer Sauce 1, 10 Reis Blattsalat Balsamico-Dressing 10		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		