





**Bestell-
Menge Heute**

Mo 11.11. **Indisches-Puten-Curry** 
mit Cocos und Apfel aw*
dazu **Basmatireis**
und **Farmersalat** c,g,i,j,11*

Di 12.11. **Lachs-Tortelloni** aw,g* 
mit fruchtiger **Tomatensauce**,
Eisbergsalat mit
Kräuter dressing g*
und Banane




Mi 13.11. **Köttbullar vom Rind**
Mit Rahmsauce aw*
Kartoffelpüree g*
und Möhren – Apfel – Salat


Do 14.11. **Falafel – Bällchen** f*  
aus Kichererbsen und Bulgur aw*
mit mildem **Knoblauchdip** g*
dazu **Langkornreis**
Blattsalate mit
Joghurdressing g*


Fr 15.11. **Paniertes Schollenfilet** aw,ar,d*
dazu **Remoulade** g,i*
Kartoffelwedges aw*
Gurkensalat mit Joghurdressing g*




*= kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene;
zur Erläuterung beachten Sie bitte den separaten Aushang
Änderungen vorbehalten.

**Bestell-
Menge Veggie**

Broccoli – Kartoffel – Auflauf 
in Rahmsauce c,g*  
mit Mozzarellakäse überbacken


**Kürbis - Chiasamen -
Bratling** aw,c,e,f,i,h,k* 
dazu Minzjoghurt g*
und saftiger Pilaw – Reis
mit roten Linsen


Vollkorn – Spiralen aw* 
mit heller **Basilikumsauce** awg,g*
Parmesankäse
und **Möhren – Apfel – Salat**
und Naturjoghurt g*



Erbseintopf mit   
Kartoffeln, Möhren & Sellerie
dazu ein **Mehrkornbrötchen** aw*
und Clementine


Rührei
mit **Rahmspinat** awg,g*
und **Petersilienkartoffeln**


OGS Gartenstr. Hennef
**Bestell-
Menge Oder**

**Zucchini – Schiffchen mit
Paprika-Auberginen-Tomaten-
Füllung** und Käse g* überbacken, 
dazu Tomatensauce
und Bandnudeln aw* und Apfel

**Auberginen, Zucchini & Tomaten
gegrillt**, mit **Frischkäse - Topping** g*
dazu gebackene **Kartoffelwürfel** aw*
mit Rosmarin 

gebackene Kartoffeltasche g* 
gefüllt mit Frischkäse und Kräutern
dazu **Tomaten - Dip** 
und Graupenrisotto aw*

Leckerer Pfannkuchen aw,c,g* 
mit Kirschrütze g,11*

Farfalle – Nudeln aw* 
Käse – Lauch – Sauce aw,g*
Gurkensalat in Joghurdressing g*
und Birne

Die Menüs mit diesem Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die
Verpflegung in Schulen“ und sind von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung und
Gesundheit e. V. (DGE) zertifiziert.

**Bestell-
Menge Dazu**

Joghurt
„Waldbeere“ g*
oder **Apfel**
Naturjoghurt g*

Banane

Quarkspeise g*
oder **Kiwi**
Naturjoghurt g*

Grießpudding aw,g*
oder **Clementine**
Naturjoghurt g*

Birne

