

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
Joghurtdressing g*

Fr

15.11.

Paniertes Schollenfilet aw,ar,d* 

dazu **Remoulade** g,i*
Kartoffelwedges aw*
Gurkensalat mit Joghurtdressing 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. HennefBestell-
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 Joghurtdressing 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