






Bestell-
Menge **Heute**

Mo **Rinder – Cevapcici** aw,c,i* 
 20.01. dazu Bratensauce aw,f,i*
 mit Djuvecreis
 und Krautsalat

Di **Kabeljaufilet im Tempurarteig**
 21.01. dazu eine helle Sauce  
 mit Langkornreis und
 Gurkensalat in Joghurtdressing g*



Mi **Pikantes Hähnchengulasch**
 22.01. mit Paprikawürfeln aw,f,i*,
 dazu Penne aw* und
 Blattsalate mit
 Joghurtkräuter dressing g*

Do **Maccheroni** aw*  
 23.01. mit Broccoli - Rahmsauce
 Rotkohlsalat



Fr **Spiral – Nudeln** aw* dazu eine
 24.01. Tomaten - Thunfisch-Sauce d*
 und Endiviensalat
 mit Joghurtdressing g*

Bestell-
Menge **Veggie** 

Eieromelette c,g*
 mit Rahmspinat
 und Rosmarinkartoffeln aw*




Italienische Minestrone  
 mit Karotten, Lauch, Sellerie,
 Tomaten und Zwiebeln, i*
 dazu ein Ciabattabrötchen aw*



Gegrillter Maiskolben
 mit gebackenen Kartoffelecken aw*
 und Kräuterdip g*




Gefüllte Paprikaschoten  
 mit Couscous - Füllung aw*,
 auf Linsenragout
 und Naturjoghurt g*



Rotkohlsalat
 Gemüse – Bagel aw,i*
 mit hausgemachtem Currydip g*
 Kartoffelpüree g* und
 Endiviensalat
 mit Joghurtdressing g*




Bestell-
Menge **Oder**

Kleine Kartoffelchen  
 mit Quarkdip g* 
 dazu Rohkoststifte von
 Möhre, Kohlrabi und Gurke
 und Apfel

Möhren-Kartoffel-Untereinander
 dazu Röstzwiebeln aw*  
 und Banane

Quinoa-Erbsen Frikadelle 
 dazu Zucchini - Paprikagemüse
 und Vollkornreis  
 Kiwi

Reibekuchen aw,c*  
 nach Oma's Rezept
 dazu Apfelmus 3,11*

**Kartoffel - Hackfleisch(Soja) f*-
 Auflauf**   
 mit Möhre und Leinsamen,
 Oregano und Thymian
 dazu Birne

Bestell-
Menge **Dazu**

Fruchtjoghurt g*
 „Pfirsich“
 oder Apfel
 Naturjoghurt g*

Banane

Joghurt g* mit
 Ananas-Stücken
 oder Kiwi
 Naturjoghurt g*

Vanillepudding g*
 oder Clementine
 Naturjoghurt g*

Birne

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



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.



OGS



	Menge Portion	Heute	Menge Portion	Veggie	Menge Portion	Oder	Menge Portion	Dazu
Mo	4 St	Rinder – Cevapcici aw,c,i*	1 St	Eieromelette c,g*	0,15 kg	Kleine Kartoffelchen	0,12 kg	Fruchtjoghurt g*
20.01.	0,10 kg	dazu Bratensauce aw,f,i*	0,10 kg	mit Rahmspinat	0,10 kg	mit Quarkdip g*		„Pfirsich“
	0,15 kg	mit Djuvecreis	0,20 kg	und Rosmarinkartoffeln aw*	0,15 kg	dazu Rohkoststifte von	1 St	oder Apfel
	0,10 kg	und Krautsalat				Möhre, Kohlrabi und Gurke	0,12 kg	Naturjoghurt g*
						und Apfel		
Di	1 St	Kabeljaufilet im Tempurateig	0,35 kg	Italienische Minestrone	0,40 kg	Möhren-Kartoffel-Untereinander	1 St	Banane
21.01.	0,10 kg	dazu eine helle Sauce		mit Karotten, Lauch, Sellerie,	0,015 kg	dazu Röstzwiebeln aw*		
	0,15 kg	mit Langkornreis und		Tomaten und Zwiebeln, i*		und Banane		
	0,10 kg	Gurkensalat in Joghurtdressing g*	1 St	dazu ein Ciabattabrötchen aw*			0,1 kg	
Mi	0,20 kg	Pikantes Hähnchengulasch	1 St	Gegrillter Maiskolben	1 St	Quinoa-Erbсен Frikadelle	0,12 kg	Joghurt g* mit
22.01.		mit Paprikawürfeln aw,f,i*,	0,20 kg	mit gebackenen Kartoffelecken aw*	0,10 kg	dazu Zucchini - Paprikagemüse		Ananas-Stücken
	0,15 kg	dazu Penne aw* und	0,10 kg	und Kräuter dip g*	0,15 kg	und Volkkornreis	1 St	oder Kiwi
	0,03 kg	Blattsalate mit				Kiwi	0,12 kg	Naturjoghurt g*
	0,03 kg	Joghurtkräuter dressing g*						
Do	0,20 kg	Maccheroni aw*	1 St	Gefüllte Paprikaschoten	3 St	Reibekuchen aw,c*	0,12 kg	Vanillepudding g*
23.01.	0,15 kg	mit Broccoli - Rahmsauce		mit Couscous - Füllung aw*,	0,15 kg	nach Oma`s Rezept		
	0,10 kg	Rotkohlsalat	0,20 kg	auf Linsenragout		dazu Apfelmus 3,11*	1 St	oder Clementine
				und Naturjoghurt g*			0,12 kg	Naturjoghurt g*
			0,10 kg	Rotkohlsalat				
Fr	0,20 kg	Spiral – Nudeln aw* dazu eine	2 St	Gemüse – Bagel aw,i*	0,35 kg	Kartoffel - Hackfleisch(Soja) f*-	1 St	Birne
24.01.	0,15 kg	Tomaten - Thunfisch-Sauce d*	0,10 kg	mit hausgemachtem Currydip g*		Auflauf		
	0,03 kg	und Endiviensalat	0,20 kg	Kartoffelpüree g* und		mit Möhre und Leinsamen,		
	0,03 kg	mit Joghurtdressing g*	0,03 kg	Endiviensalat		Oregano und Thymian		
			0,03 kg	mit Joghurtdressing g*		dazu Birne		

KW 4/25



Aktueller Speiseplan



OGS



	Bestell- Menge Heute	Bestell- Menge Veggie	Bestell- Menge Oder	Bestell- Menge Dazu
Mo 20.01.				
Di 21.01.				
Mi 22.01.				
Do 23.01.				
Fr 24.01.				

Bestell-

Bestell-

	Menge	Laktosefrei	Menge	Glutenfrei	Menge	Rohkost, 100 gr / Portion
Mo	0		0			
Di	0		0			
Mi	0		0			
Do	0		0			
Fr	0		0			