KW 20/25

Aktueller Speiseplan

25 Jähriges Jubiläum

OGS

AWO RoBi gGmbH … so macht Essen glücklich!

	Bestell-Menge	Heute	Bestell-Menge	Veggie	Bestell-Menge	Oder	Bestell-Menge	Dazu
Mo 12.05.		**Indisches Puten-Curry** mit Cocos und Apfel aw*		**Möhren–Kartoffel – Auflauf** in Rahmsauce und Sonnenblumenkerne dazu ein Apfel		**Bunte Spätzlepfanne aw,c* mit Karotten,Blumenkohl und Broccoli** dazu Tomatensauce		Joghurt „Waldbeere“ g*
		dazu Basmatireis						oder Apfel
		und Farmersalat c,g,i,j,11*						Naturjoghurt g*
Di 13.05.		**Lachs-Tortelloni** aw,d,g* mit fruchtiger Tomatensauce, Eisbergsalat mit Kräuterdressing und Kiwi		**Kürbis - Chiasamen - Bratling** aw,c,e,f,i,h,k* dazu Frischkäse - Topping g* und saftiger Pilaw – Reis mit roten Linsen		**Auberginen, Zucchini & Tomaten gegrillt,** Schnittlauchjoghurt g* dazu gebackene Kartoffelwürfel aw* mit Rosmarin		Kiwi
Mi 14.05.		**Köttbullar vom Rind** mit Rahmsauce aw,f,i* Kartoffelpüree g* und Möhren – Apfel – Salat		**Vollkorn – Spiralen** aw* mit heller Basilikumsauce Parmesankäse g* und Möhren – Apfel – Salat und Naturjoghurt g*		**gebackene Kartoffeltasche** g* gefüllt mit Frischkäse und Kräutern dazu Tomaten - Dip 11* und Graupenrisotto aw*		Quarkspeise g* oder Banane Naturjoghurt g*
Do 15.05.		**Falafel – Bällchen f*** aus Kichererbsen und Bulgur aw* mit mildem Knoblauchdip g* dazu Langkornreis Blattsalate mit Joghurtdressing g*		**Erbseneintopf** mit Kartoffeln, Möhren & Sellerie dazu ein Mehrkornbrötchen aw* und Clementine		**Leckerer Pfannkuchen** aw,c,g* mit Kirschgrütze 11*		Grießpudding aw,g* oder Clementine Naturjoghurt g*
Fr 16.05.		**Seelachs Tomate-Mozzarella** aw,g,d* dazu Remoulade g,i* Kartoffelwedges aw* Gurkensalat mit Joghurtdressing g*		**Rührei c,g*** mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln		**Farfalle – Nudeln** aw* Käse – Lauch – Sauce g* Gurkensalat in Joghurtdressing g* und Birne		Birne

*= kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene; zur Erläuterung beachten Sie bitte den seperaten 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.

KW 20/25

Aktueller Speiseplan

OGS

	Bestell-Menge	Heute	Bestell-Menge	Veggie	Bestell-Menge	Oder	Bestell-Menge	Dazu
Mo	0,15 kg	**Indisches Puten-Curry**	0,35 kg	**Möhren–Kartoffel – Auflauf**	0 kg	**Bunte Spätzlepfanne aw,c***	0,12 kg	Joghurt
12.05.		mit Cocos und Apfel aw*		in Rahmsauce		mit Karotten,Blumenkohl		„Waldbeere“ g*
	0,15 kg	dazu Basmatireis		und Sonnenblumenkerne		und Broccoli	1 St	oder Apfel
	0,10 kg	und Farmersalat c,g,i,j,11*		dazu ein Apfel	0,1 kg	dazu Tomatensauce	0,12 kg	Naturjoghurt g*
Di	0,2 kg	**Lachs-Tortelloni aw,d,g***	1 St	**Kürbis - Chiasamen -**	0,1 kg	**Auberginen, Zucchini & Tomaten**	1 St	Kiwi
13.05.	0,15 kg	mit fruchtiger Tomatensauce,		Bratling aw,c,e,f,i,h,k*	0,1 kg	gegrillt, Schnittlauchjoghurt g*		
	0,03 kg	Eisbergsalat mit	0,1 kg	dazu Frischkäse - Topping g*	0,20 kg	dazu gebackene Kartoffelwürfel aw*		
	0,03 kg	Kräuterdressing	0,20 kg	und saftiger Pilaw – Reis		mit Rosmarin	0,12 kg	Naturjoghurt
		und Kiwi		mit roten Linsen				
Mi	7 St	**Köttbullar vom Rind**	0,2 kg	**Vollkorn – Spiralen aw***	2 St	**gebackene Kartoffeltasche g***	0,12 kg	Quarkspeise g*
14.05.	0,10 kg	mit Rahmsauce aw,f,i*	0,15 kg	mit heller Basilikumsauce		gefüllt mit Frischkäse und Kräutern		
	0,2 kg	Kartoffelpüree g*	0,015 kg	Parmesankäse g*	0,10 kg	dazu Tomaten - Dip 11*	1 St	oder Banane
	0,1 kg	und Möhren – Apfel – Salat	0,10 kg	und Möhren – Apfel – Salat	0,15 kg	und Graupenrisotto aw*	0,12 kg	Naturjoghurt g*
				und Naturjoghurt g*				
Do	6 St	**Falafel – Bällchen f***	0,35 kg	**Erbseneintopf mit**	1 St	**Leckerer Pfannkuchen aw,c,g***	0,12 kg	Grießpudding aw,g*
15.05.		aus Kichererbsen und Bulgur aw*		Kartoffeln, Möhren & Sellerie	0,15 kg	mit Kirschgrütze 11*		
	0,1 kg	mit mildem Knoblauchdip g*	1 St	dazu ein Mehrkornbrötchen aw*			1 St	oder Clementine
	0 St	dazu Langkornreis		und Clementine			0,12 kg	Naturjoghurt g*
	0,03 kg	Blattsalate mit						
	0,03 kg	Joghurtdressing g*						
Fr	1 St	**Seelachs Tomate-Mozzarella aw,g,d***	0,1 kg	**Rührei c,g***	0,20 kg	**Farfalle – Nudeln aw***	1 St	Birne
16.05.	0,05 kg	dazu Remoulade g,i*	0,1 kg	mit Rahmspinat	0,15 kg	Käse – Lauch – Sauce g*		
	0,15 kg	Kartoffelwedges aw*	0,15 kg	und Petersilienkartoffeln	0,10 kg	Gurkensalat in Joghurtdressing g*		
	0,10 kg	Gurkensalat mit Joghurtdressing g*				und Birne	0,12 kg	Naturjoghurt

KW 20/25

Aktueller Speiseplan

OGS

AWO RoBi gGmbH … SO MACHT ESSEN GLÜCKLICH!

	Bestell-Menge **Heute**	Bestell-Menge **Veggie**	Bestell-Menge **Oder**	Bestell-Menge **Dazu**
Mo 12.05.				
Di 13.05.				
Mi 14.05.				
Do 15.05.				
Fr 16.05.				3,00 kg Naturjoghurt

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