

Bestell-
Menge **Heute**

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

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

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

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

Fr
11.07. **Spiral – Nudeln** aw* dazu eine
 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 Kiwi

Quinoa-Erbsen Frikadelle
 dazu Zucchini - Paprikagemüse
 und Vollkornreis
und Banane

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

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

Bestell-
Menge **Dazu**

Fruchtjoghurt g*
 „Pfirsich“
 oder **Apfel**
 Naturjoghurt g*

Kiwi

Joghurt g* mit
Ananas-Stücken
 oder **Banane**
 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 07.07.	4 St 0,10 kg 0,15 kg 0,10 kg	Rinder – Cevapcici aw,c,i* dazu Bratensauce aw,f,i* mit Djuvecreis und Krautsalat	1 St 0,10 kg 0,20 kg	Eieromelette c,g* mit Rahmspinat und Rosmarinkartoffeln aw*	0,15 kg 0,10 kg 0,15 kg	Kleine Kartoffelchen mit Quarkdip g* dazu Rohkoststifte von Möhre, Kohlrabi und Gurke und Apfel	0,12 kg 1 St 0,12 kg	Fruchtjoghurt g* „Pfirsich“ oder Apfel Naturjoghurt g*
Di 08.07.	1 St 0,10 kg 0,15 kg 0,10 kg	Kabeljaufilet im Tempurateig dazu eine helle Sauce mit Langkornreis und Gurkensalat in Joghurtdressing g*	0,35 kg 1 St	Italienische Minestrone mit Karotten, Lauch, Sellerie, Tomaten und Zwiebeln, i* dazu ein Ciabattabrötchen aw*	0,40 kg 0,015 kg	Möhren-Kartoffel-Untereinander dazu Röstzwiebeln aw* und Kiwi	1 St 0,1 kg	Kiwi
Mi 09.07.	0,20 kg 0,15 kg 0,03 kg 0,03 kg	Pikantes Hähnchengulasch mit Paprikawürfeln aw,f,i*, dazu Penne aw* und Blattsalate mit Joghutkräuter dressing g*	1 St 0,20 kg 0,10 kg	Gegrillter Maiskolben mit gebackenen Kartoffelecken aw* und Kräuterdip g*	1 St 0,15 kg 0,15 kg	Quinoa-Erbсен Frikadelle dazu Zucchini - Paprikagemüse und Volkkornreis und Banane	0,12 kg 1 St 0,12 kg	Joghurt g* mit Ananas-Stücken oder Banane Naturjoghurt g*
Do 10.07.	0,20 kg 0,15 kg 0,10 kg	Maccheroni aw* mit Broccoli - Rahmsauce Rotkohlsalat	1 St 0,20 kg 0,10 kg	Gefüllte Paprikaschoten mit Couscous - Füllung aw*, auf Linsenragout und Naturjoghurt g* Rotkohlsalat	3 St 0,15 kg	Reibekuchen aw,c* nach Oma`s Rezept dazu Apfelmus 3,11*	0,12 kg 1 St 0,12 kg	Vanillepudding g* oder Clementine Naturjoghurt g*
Fr 11.07.	0,20 kg 0,15 kg 0,03 kg 0,03 kg	Spiral – Nudeln aw* dazu eine Tomaten - Thunfisch-Sauce d* und Endiviensalat mit Joghurtdressing g*	2 St 0,10 kg 0,20 kg 0,03 kg 0,03 kg	Gemüse – Bagel aw,i* mit hausgemachtem Currydip g* Kartoffelpüree g* und Endiviensalat mit Joghurtdressing g*	0,35 kg	Kartoffel - Hackfleisch(Soja) f*- Auflauf mit Möhre und Leinsamen, Oregano und Thymian dazu Birne	1 St	Birne

KW 28/25



Aktueller Speiseplan



OGS



AWO | RoBi gGmbH

... SO MACHT
ESSEN GLÜCKLICH!

	Bestell- Menge Heute	Bestell- Menge Veggie	Bestell- Menge Oder	Bestell- Menge Dazu
Mo 07.07.				
Di 08.07.				
Mi 09.07.				
Do 10.07.				
Fr 11.07.				

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			