



alle Infos hier

Rhein Sieg Gymnasium

Speiseplan vom 21.11.2022 bis 27.11.2022, 47. Kalenderwoche

	Montag 21.11.2022	Dienstag 22.11.2022	Mittwoch 23.11.2022	Donnerstag 24.11.2022	Freitag 25.11.2022
Menü I Veggie	Rote Linsensuppe dazu ein Suppenbrötchen	Kürbis - Kartoffelstampf mit brauner Veggie - Soße dazu eine vegetarische Bratwurst	Pfannkuchen mit roter Grütze	Gefüllte Nudeltaschen mit Basilikum - Käsesoße dazu Endivien - Möhren - Mix	Kartoffel - Kichererbsencrèmesuppe dazu ein Laugenbrötchen
Menü II	Gemüse - Knusperbagel mit feiner Kräutersoße dazu Kartoffeln und Eisbergsalat	Hähnchengeschnetzeltes in fruchtiger Hawaiisoße dazu gebratener Blumenkohl und Kroketten	Valess - Schnitzel "Toskana Art" mit Tomatensoße dazu Nudeln und Chinakohl - Eisbergsalat	Geflügel - Fleischkäsesteak mit pikanter Soße und gebackene Kartoffelscheiben dazu Endivien - Möhren - Mix	Jumbo - Fischstäbchen mit Remouladendip dazu Kartoffeln und Gurkensalat in Vinaigrette
Menü III	Chicken Burger mit Sweet - Chili - Dip und Kartoffelwedges dazu Eisbergsalat	NEU Vegetarische Sojasticks mit fruchtiger Hawaiisoße dazu Bio Vollkornreis* und Eisberg - Möhren - Mix	Fußball - Geflügelbällchen - Ragout mit Kartoffelpüree dazu Chinakohl - Eisbergsalat 	Süßkartoffeltasche mit Frischkäse gefüllt dazu pikante Soße, Kartoffeln und Endivien - Möhren - Mix	Gekochte Eier mit leichter Senfsoße, Erbsen und Bio - Reis*
 Dessert 	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert
Wissenswertes  	<i>Rote Linsen sind gesund, denn sie enthalten sehr viel Eiweiß.</i>	<i>Unsere fruchtige Hawaiisoße enthält neben Ananaswürfeln auch Kokosnussmilch und Kurkuma.</i>	<i>Unsere Rote Grütze ist eine Fruchtsoße aus Sauerkirschen, Erd- und Johannisbeeren.</i>	<i>Unsere Süßkartoffeltaschen sind mit Frischkäse und Kräutern gefüllt.</i>	<i>Kichererbsen haben ein sehr mildes, leicht nussiges Eigenaroma.</i>



Bitte beachten Sie: Menü II = schweinefleischfrei. Zusatzstoff- und Allergeninformationen finden Sie auf unserer separaten Allergenspeisekarte. Aufgrund der Vielzahl der in unserer Küche verwendeten Lebensmittel können in all unseren Speisen Spuren der 14 Hauptallergene enthalten sein. Alle Angaben ohne Gewähr.

Bio* = aus kontrolliert biologischem Anbau (DE-ÖKO-013)

Änderungen vorbehalten!

