


Rhein Sieg Gymnasium

Speiseplan vom 18.09.2023 bis 24.09.2023, 38. Kalenderwoche

	Montag 18.09.2023	Dienstag 19.09.2023	Mittwoch 20.09.2023	Donnerstag 21.09.2023	Freitag 22.09.2023
Menü I Veggie	Gemüse - Nuggets mit süß-saurer Soße dazu Bio - Naturreis* und Möhren - Maissalat	Kürbis - Karottencrèmesuppe dazu ein Suppenbrötchen	Vegetarische Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt dazu cremiges Blumenkohlgemüse	Milchreis mit Pflaumensoße	Omelett mit Rahmspinat dazu Kartoffelpüree
Menü II	Chicken - Nuggets mit süß-saurer Soße dazu Erbsen und Kartoffeln	Rinderbolognese mit Reibekäse dazu Hörnchennudeln und Eisbergsalat	Hähnchenpfanne "Gyros Art" mit Zaziki dazu Reis und Krautsalat	Hähnchenspieße dazu China - Reispfanne dazu Currydip und Eisbergsalat mit Lollo Rosso	Fisch - Kibbeling mit Rahmspinat dazu Kartoffelpüree
Menü III	Chicken - Nuggets mit süß-saurer Soße dazu Bio - Naturreis* und Möhren - Maissalat	Bolognese aus Sonnenblumenhack dazu Spaghetti und Eisbergsalat	Vegetarische Pfanne "Gyros Art" mit Zaziki dazu Pommes Frites und Krautsalat	Vegetarisches Valess - Schnitzel mit stückiger Tomatensoße dazu Kartoffeln und Eisbergsalat mit Lollo Rosso	Tortellini mit Tomatensoße dazu Reibekäse und grünen Salat
 Dessert 	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert	täglich wechselndes Dessert
 Wissenswertes 	<i>Unsere Gemüse - Nuggets bestehen unter anderem aus Kartoffeln, Mais, Erbsen und Broccoli.</i>	<i>In der vegetarischen Bolognese ersetzen wir das Fleisch durch Sonnenblumenhack.</i>	<i>Die vegetarische Pfanne "Gyros Art" besteht aus Sojaschnitzeln, Möhren, Weißkohl und Paprika.</i>	<i>Valess - Schnitzel sind fleischfreie Schnitzel auf Milchbasis.</i>	<i>Das Omelett kommt aus dem französischen und ist eine in der Pfanne gebackene Eierspeise.</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!