



**KW 07: 12.02. – 16.02.2024**

**Gesamtschule Dellbrücker  
Mauspfad**

**ROSEN-MONTAG**

	Menü 1	Menü 2	Pasta-Teller	Salat-Teller
<b>Montag</b>	<p>Tomatencremesuppe mit Reismudel-Einlage und Bio-Leinsamen  1, 7</p> <p>eine Scheibe Mehrkornbrot 1, 1a, 1b, 1c, 1e, 11</p> <p>65 kcal* </p>	<p>***</p> <p></p>	<p>***</p> <p></p>	<p>***</p> <p></p>
<b>Dienstag</b>	<p>Vegetarische Lasagne mit Zucchini, Erbsen, Paprika, Tomaten und Gouda überbacken 1, 7</p> <p>90 kcal* </p>	<p>Vegetarische Ravioli mit Spinat-Käse-Füllung in Tomatensauce 1, 1a, 7</p> <p>Erbsen "natur"</p> <p>103 kcal* </p>	<p>***</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>
<b>Mittwoch</b>	<p>Nudel-Brokkoli-Auflauf mit dreierlei Käse (Gouda, Hartkäse, Mozzarella) überbacken 1, 3, 7</p> <p>118 kcal* </p>	<p>Eine Backfischecke aus Seelachs 1, 1a, 4</p> <p>Salzkartoffeln</p> <p>Möhrensalat in Joghurt-Dressing 1, 3, 7</p> <p>111 kcal* </p>	<p>Pasta 1</p> <p>Tomatensauce 1</p> <p>Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>
<b>Donnerstag</b>	<p>Kleine Ofenkartoffeln (mit Schale) 10</p> <p>Petersilienquark 1, 3, 7</p> <p>Weißkohlsalat in Essig-Öl-Dressing 10</p> <p>80 kcal* </p>	<p>Hähnchenwürfel mit Möhrenstiften und Erbsen in süß-saurer Sauce 1, 10</p> <p>Vollkornreis</p> <p>112 kcal* </p>	<p>Pasta 1</p> <p>Paprikasauce 1</p> <p>Salat mit Dressing 1, 3, 7, 10</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>
<b>Freitag</b>	<p>Pizza Margherita mit Tomaten, Kräutern und Mozzarella überbacken 1, 7</p> <p>237 kcal* </p>	<p>***</p>	<p>***</p>	<p>Bunter gemischter Salatteller</p> <p>Topping des Tages</p>

**Jedes Menü beinhaltet einen Beilagensalat.**

= mit Rindfleisch	= vegetarisch
= mit Geflügelfleisch	= vegan
= mit Fisch	

Übersicht der Hauptallergene und Zusatzstoffe: siehe Extra-Aushang

kcal-Angaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Nährwerte **pro 100 g**. \*Die genannten Werte sind nur als Orientierungshilfe zu verstehen. Kurzfristige Änderungen des Speiseplans vorbehalten.