



vom: 15.08.2022

bis: 19.08.2022 **Speiseplan Friedrich Wilhelm Gymnasium**

| Montag | | | |
|-------------------|--|-------------------|---|
| Menü A | | Menü B | |
| Bio* | Thai-Kokos-Curry mit Wok-Gemüse, Brokkoli* | a,b, | Zwei Rindfleisch-Köftabällchen mit Gemüse und Quark verfeinert |
| Bio* | Champignons, Karotten* auf Reis | | Kräuterschmanddip auf goldenem Gemüse-Couscous |
| Obst des Tages | Port Wassermelone | Dessert des Tages | Honig-Joghurt mit Müsli |
| Dienstag | | | |
| Menü A | | Menü B | |
| b,h | Bunte Bowl: Gesund und Lecker Summerbowl mit Reis Mango Ananas, Walnusskerne, Cherrytomate, Paprika, Brokkoli, Edamane+Erbsen Sprossennmix Avocadodip + Sweet Chilisauce | a,b, | Pizza mit Margherita mit Salat |
| Obst des Tages | Port Wassermelone | Dessert des Tages | Erdbeerquark |
| Mittwoch | | | |
| Menü A | | Menü B | |
| a,b,c, | Pfannkuchen mit Blattspinat und Hirtenkäse gefüllt Salat | a,f, | Kibbeling vom Seelachs mit Zitronenecke Bratkartoffeln Salat |
| Obst des Tages | Port Wassermelone | Dessert des Tages | Schokoriegel |
| Donnerstag | | | |
| Menü A | | Menü B | |
| a,h | 5 Stück Mini Frühlingsrollen mit Asia Sweet Sour Sauce auf Reis | a,i,h,k, | Geflügelrostbratwurst mit Dip |
| b, | Salat | b | mit Kartoffelsalat |
| Obst des Tages | Port Wassermelone | Dessert des Tages | Vanille-Milchreis |
| a,b, | Bunte Bowl Gesund und Lecker Bulgur, Sojabohnen, Paprika Tomate, Gurke, Fetakäse Frühlingszwiebeln, Falafelbällchen Avocadodip | Bio | Mediterrane Kartoffelpfanne mit Zwiebeln, Paprika, Zucchini* Oliven und Tomaten Sauerrahmdip Salat |
| Obst des Tages | Port. Wassermelone | Dessert des Tages | Apfelmus |

1. Konservierungsmittel, 2. Antioxidationsmittel, 3. Geschmacksverstärker, 0. Farbstoffe
4. geschwefelt, 5. geschwärzt, 6. gewachst, 7. Phosphat, 8. Süßungsmittel,
99. kann Zusatzstoffe enthalten



Montag, Mittwoch und Donnerstag im Angebot:

Bunter Salatteller der Saison mit Käse, Ei, Zwiebelwürfel, Croutons oder Thunfisch zur Wahl
Cocktail- oder Sauerrahmdressing, Baguettebrot
Essig - Öl Station, Sonnenblumen- u. Kürbiskerne und Sesamsaat a,b,c,f.

Bitte nutzen Sie das Web-Menü-Bestellverfahren

EU-Zulassungspflichtiger Betrieb: Zulassungsnummer NW 70050

Allergene Liste:

a = glutenhaltiges Getreide b = Milch (einschl. Laktose) c = Eier
d = Erdnüsse e = Schalenfrüchte f = Fisch g = Krebstiere
h = Soja i = Sellerie k = Senf
l = Sesamsamen m = Schwefeldioxid & Sulfite
n = Lupine o = Weichtiere

Aktionsgerichte, Pasta Italienisch und Asiatisch

Montag: Nudeln mit Tomatensauce
a,b, Parmesan Salat

Mittwoch Nudeln mit Tomatensauce
a,b, Parmesan Salat

Donnerstag Nudeln mit Tomatensauce
a,b, Parmesan Salat

Unsere Homepage:

www.reisdorff-mensa.de