

Speiseplan KW 6

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	02.02.2026	03.02.2026	04.02.2026	05.02.2026	06.02.2026
Salatbar		Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	
Menü I vegetarisch	Mensa geschlossen	Vegetarische Snackbällchen mit Tomatensoße und Reis 387.8kcal ; 1628.8kJ	Süßer Pfannkuchen mit Vanillesauce 286kcal ; 1197.5kJ	Orientalischer Kartoffel-Auberginen-Auflauf "Moussaka" 432kcal ; 1812kJ	Mensa geschlossen
Allergene		A1,A5,F,G  VEGGIE	A1,C,G  VEGGIE	A1,C,F,G  VEGGIE	
Menü II Fleisch & Fisch		Hähnchenschnitzel, paniert, mit Kartoffelwedges 626.8kcal ; 2631.6kJ	Bami Goreng (Indonesisches Nudelgericht mit Hähnchenfleisch) 222.5kcal ; 935kJ	MSC Backfischfilet im Backteig mit Kartoffelsalat 408.6kcal ; 1711.8kJ	
Allergene		A1 	A1,C,F  Leichte KÜCHE	A1,D,1,2 	
Menü 3 Pasta & Pizza		Country Wedges mit Kräuterquark 365.9kcal ; 1532.3kJ	Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln 606kcal ; 2541kJ	Piccata "Milanaise Art" mit hausgemachter Tomatensauce und Kochreis 963.25kcal ; 4044.71kJ	
Allergene		G	A1,C,G  VEGGIE	A1,C,G,2,15 	
Dessert		Tagesdessert	Tagesdessert	Tagesdessert	
Allergene		A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H2	