



## Speiseplan KW 7

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09.02.2026	10.02.2026	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026
Salatbar	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	
Menü I vegetarisch	Gemüsepfanne mit Kräuter-Gnocchi  346kcal ; 1466kJ	Gemüselasagne mit Béchamelsoße und Käse gratiniert  405.9kcal ; 1699.5kJ	Minestrone "Italienische Gemüsesuppe" mit einem Brötchen  244.2kcal ; 1034.8kJ	Pizza Margherita  545.4kcal ; 2286.3kJ	Mensa geschlossen
Allergene	A1	A1,G,L	A1,C,L	A1,G,L,15	
Menü II Fleisch & Fisch	Pasta-Pfanne "Pesto Rosso"  424.8kcal ; 1774.8kJ	Ofenkartoffel mit Dip mit Hähnchenstreifen  434.74kcal ; 1859.74kJ	Rinderstreifen in mediterranem Gemüse mit Wildreismischung  533.2kcal ; 2246kJ	MSC Mediterraner Grillfisch mit Dill - Sahnesoße und Kartoffelpüree  271.6kcal ; 1136.34kJ	
Allergene	A1,H1	G,15		A1,D,G,15	
Menü 3 Pasta & Pizza	Allgäuer Kässpätzle mit Röstzwiebeln  606kcal ; 2541kJ	Röstiicken mit mediterranem Grillgemüse  633kcal ; 2658kJ	Kaiserschmarrn mit Vanillesauce  528kcal ; 2226kJ	Tortellini Verdi Formaggio mit Tomatensoße  498.5kcal ; 2105kJ	
Allergene	A1,C,G	8	A1,C,G	A1,C,G,L	
Dessert	Tagesdessert	Tagesdessert	Tagesdessert	Tagesdessert	
Allergene	A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H2	