

Speiseplan KW 13

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

	Montag 23.03.2026	Dienstag 24.03.2026	Mittwoch 25.03.2026	Donnerstag 26.03.2026	Freitag 27.03.2026
Salatbar	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	
Menü I vegetarisch	Blumenkohl-Käsebratling mit heller Sauce und Kartoffeln 352.25kcal ; 1506.2kJ	Vegetarische Bratwurst mit Sauce, Gemüsemix und Kartoffeln 709.2kcal ; 2972.2kJ	Bunte Reis-Gemüse-Pfanne mit allerlei Gemüse 235.8kcal ; 990kJ	Ofenkartoffel mit Kräuterquark 446.6kcal ; 1899.2kJ	Mensa geschlossen
Allergene	A1,C,G,L,12,15 	A1,C,12,15 	G 	G,15 	
Menü II Fleisch & Fisch	Fischroulade mit Kräutersoße und Salzkartoffeln 393.94kcal ; 1641.63kJ	Pizza Gyros mit Putengyros und Zaziki 897.8kcal ; 3758.9kJ	Feiner Putenbraten mit Broccoligemüse und Rosmarinkartoffeln 724.17kcal ; 3023.56kJ	Indisches Curryhuhn mit Grillgemüse mit Butterreis ;	
Allergene	A1,D,G,1 	A1,G,15 	A1,G,L 	G 	
Menü 3 Pasta & Pizza	Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Nudeln 1054.9kcal ; 4450.2kJ	Kartoffelpuffer mit Apfelmus 3459kcal ; 14633kJ	Bandnudelauf mit Gemüse 407.56kcal ; 1685.94kJ	Kaiserschmarrn mit Vanillesauce 528kcal ; 2226kJ	
Allergene	A1,C,G 	C,3 	A1,C,G,12 	A1,C,G 	
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	