















Speiseplan KW 17

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	20.04.2026	21.04.2026	22.04.2026	23.04.2026	24.04.2026
Salatbar	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	
Menü I vegetarisch	Omas Erbseneintopf mit Brötchen 458.14kcal ; 1927.02kJ	Orientalischer Kartoffel-Auberginen-Auflauf "Moussaka" 432kcal ; 1812kJ	Grießbrei mit Erdbeerfruchtsoße 441.5kcal ; 1864.38kJ	Vegetarische Snackbällchen mit Tomatensoße und Reis 387.8kcal ; 1628.8kJ	Mensa geschlossen
Allergene	A1,A2,A3,A4,F,G,N,12 	A1,C,F,G 	A1,G 	A1,A5,F,G 	
Menü II Fleisch & Fisch	Chicken Nuggets mit Pommes Frites 765.2kcal ; 3200kJ	Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, buntes Gemüse und Kartoffelröstiecken 495.2kcal ; 2070.6kJ	Geflügelbratwurst an Rahmsauce mit Blumenkohl und Kartoffelpüree 342.1kcal ; 1431.6kJ	Köfta, Rinderfrikadelle mit Käsefüllung, an Tomatensauce mit Gemüse und Reis 612.8kcal ; 2576.9kJ	
Allergene	A1,L,8 	A1,2,3,8 	A1,G,15 	A1,C,G 	
Menü 3 Pasta & Pizza	Gemüselasagne mit Béchamelsoße und Käse gratiniert 405.9kcal ; 1699.5kJ	Spaghetti "Montanara" Gabelspaghetti mit Putenschinken und Käsesauce 324kcal ; 1368kJ	Vegetarisches Geschnetzeltes mit bunten Spiralnudeln und Tomatensoße 449.6kcal ; 1897.4kJ	gebratene Mie- Nudeln mit Asia-Gemüse und Hähnchenstreifen 633.36kcal ; 2680.8kJ	
Allergene	A1,G,L 	A1,C,G,3,7  	A1,C,L  	A1,C,F 	
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	