














## Speiseplan KW 19

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	04.05.2026	05.05.2026	06.05.2026	07.05.2026	08.05.2026
Salatbar	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	
Menü I vegetarisch	Gemüse - Knusperbagel an Curry-Sahnesoße mit Langkornreis 506.24kcal ; 2127.62kJ	Spargel mit Hollandaise mit Petersilien-Kartoffeln 342.45kcal ; 1451.65kJ	Bandnudelauf mit Gemüse mit hausgemachter Tomatensauce 527.76kcal ; 2191.54kJ	Milchreis mit Zimt & Zucker 322.94kcal ; 1367.24kJ	Mensa geschlossen
Allergene	A1,G,L 	A1,A3,C,G,15	A1,C,G,12 	G 	
Menü II Fleisch & Fisch	Hühnersuppeintopf mit Gemüse und einem Brötchen 823.1kcal ; 3482.6kJ	Spanferkelrollbraten mit Bratensauce, Kartoffelröstiecken und Broccoligemüse 580.34kcal ; 2435.83kJ	Wrap mit Putenstreifen und Cocktailsauce 502.13kcal ; 2112.63kJ	MSC Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffeln 304kcal ; 1275.5kJ	
Allergene	A1,A3,C  	A1,G,12 	A1,C,L,M,15 	A1,D,G  	
Menü 3 Pasta & Pizza	Rote-Linsenbolognese mit Spaghetti 986.3kcal ; 4178.5kJ	Tortellini Carne in Champignon-Putenschinken Sahnesauce 772.02kcal ; 3223.38kJ	Bunte Reis-Gemüse-Pfanne mit allerlei Gemüse 235.8kcal ; 990kJ	Canneloni mit Spinat-Ricottafüllung an Tomatensauce 419.3kcal ; 1772.26kJ	
Allergene	A1,F,R 	A1,C,G,2,3,8,15,1 	G 	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	