












Speiseplan KW 21

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

	Montag 18.05.2026	Dienstag 19.05.2026	Mittwoch 20.05.2026	Donnerstag 21.05.2026	Freitag 22.05.2026
Salatbar	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	
Menü I vegetarisch	Kaiserschmarrn mit Vanillesauce 876kcal ; 3706kJ	Vegetarisches Geschnetzeltes mit Salzkartoffeln 209.8kcal ; 882.6kJ	Börek gefüllt mit Spinat und Käse mit Kräuterquark 673.8kcal ; 2805.8kJ	Omas Erbseneintopf mit Brötchen 289.61kcal ; 1222.13kJ	Mensa geschlossen
Allergene	A1,C,G 	A1,C 	A1,C,G,N 	A1,A2,A3,A4,F,G,N,12 	
Menü II Fleisch & Fisch	Würstchengulasch mit Kochreis 763.3kcal ; 3178.9kJ	Hähnchenschnitzel "Cordon Bleu Art" mit Broccoligemüse und Country Wedges 726.73kcal ; 3043.01kJ	Geflügelfrikadelle mit Bratensoße, buntes Gemüse und Petersilien-Kartoffeln 547.25kcal ; 2315.45kJ	Nürnberger Würstchen mit Sauerkraut und Kartoffelpüree 586.14kcal ; 2439.46kJ	
Allergene	A1,G,L,M,7 	A1,G,L,1,2,12 	A1,A3,L,M,15 	G,3,15 	
Menü 3 Pasta & Pizza	Ravioli "5 Formaggio" in Sahnesauce 627.1kcal ; 2633.1kJ	Lasagne Bolognese mit Käse überbacken 448.8kcal ; 1772.1kJ	Spinat Pizza 612.2kcal ; 2587kJ	Spaghetti mit Rinderbolognese mit Reibekäse 736.8kcal ; 3096.1kJ	
Allergene	A1,C,G,12 	A1,F,G,L 	A1,G,15	A1,G,L,15 	
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	