













### Speiseplan KW 48

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

	Montag 24.11.2025	Dienstag 25.11.2025	Mittwoch 26.11.2025	Donnerstag 27.11.2025	Freitag 28.11.2025
Salatbar	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	
Menü I vegetarisch	Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln 606kcal ; 2541kJ	Vegetarische Snackbällchen mit Tomatensoße und Reis 387.8kcal ; 1628.8kJ	Eierpfannkuchen mit Nougatfüllung mit Vanillesauce 759.3kcal ; 3171.8kJ	Kartoffeltaschen gefüllt mit Frischkäse dazu Kräuterquark 415.5kcal ; 1739.4kJ	Mensa geschlossen
Allergene	A1,C,G 	A1,A5,F,G 	A1,C,G,H2 	G 	
Menü II Fleisch & Fisch	Geflügelfrikadelle mit Sauce , Erbsen und Nudelbeilage 551.7kcal ; 2327.2kJ	"Chilli Con Carne" Feuriger Rindfleischtopf mit Bohnen und Mais mit Brötchen 770.8kcal ; 3245kJ	"Hirtenrolle" Gefülltes Hacksteak mit Käse mit Djuvec-Reis 835.8kcal ; 3512kJ	Puten Cordon Bleu mit Pfeffersauce und Röstitalern 700.6kcal ; 2934.4kJ	
Allergene	A1,C,G 	A1,A3,G,L,12 	A1,C,F,G 	A1,A3,G,L,2,8 	
Menü 3 Pasta & Pizza	Bulgurpfanne mit Gemüse Curry 291kcal ; 1218kJ	Pizza Fit Salami 420.4kcal ; 1757kJ	Gemüsemaultaschen in Tomatensauce 326.8kcal ; 1380.5kJ	Vegetarische Tortellini in Käsesauce 620.2kcal ; 2612.1kJ	
Allergene	A1,G,1 	A1,G,15  <span>Leichte Küche</span>	A1,C,L,M,N 	A1,C,G,2,12 	
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	