

Reichenbach-Gymnasium, Ennepetal

SPEISEPLAN KW 12

	Montag 19.03.18	Dienstag 20.03.18	Mittwoch 21.03.18	Donnerstag 22.03.18	Freitag 23.03.18
Salatbar	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping	Großer Salatteller mit Topping
Menü 1 vegetarisch	Kartoffeltaschen mit Kräuterquark	gratinierter Blumenkohl in Käsesauce⁴ mit Röstis⁸	Hausgemachte Erbsensuppe mit Brötchen	Milchreis mit Zimt und Zucker	Spinat-Ricotta-Knödel (Spinat-Semmelknödel mit Ricottakern) auf Ratatouille-Gemüse
Allergene	A1,C,G,O	A1,G	H,L	G	A1,C,G
Menü 2 Fleisch & Fisch	Gebackenes Schollenfilet in Senfsauce⁸ mit Petersilienkartoffeln	Frikadelle in Rahmsauce mit Kohlrabi und Kroketten	Chillie con Carne (aus Rinderhackfleisch Kidneybohnen, Mais und Paprika) mit Stangenbrot	Leberkäse⁷ mit Bratensauce und Bratkartoffeln⁹	Backfischfilet⁸ mit Remoulade^{2,4,9} und Kartoffeln
Allergene	A1,C,D,F,G,M	A1,C,G	A1,F	A1,G,O	A1,C,D,F,G,M
Menü 3 Pasta & Pizza	Truthahnravioli in Tomatensauce	Spaghetti "Montanara" in Käsesauce^{3,7}	Pizza "Margarita" mit Tomatensoße und Käse^{1,2} überbacken	Nudel-Gemüseauflauf in Sahnesauce mit Käse^{1,2} überbacken	Schinkennudeln mit Ei & Vorderschinken⁷ dazu Rahmsauce
Allergene	A1,C,G	A1,C,G,L	A1,G	A1,C,G,L,O	A1,C,G
Dessert	Tagesdessert^{1,2,9}	Tagesdessert^{1,2,9}	Tagesdessert^{1,2,9}	Tagesdessert^{1,2,10}	Tagesdessert^{1,2,11}
Allergene	A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H2	A1,C,G,H1,H3	A1,C,G,H1,H4

ALLERGENE

A) Gluten
A1) Weizen
A2) Roggen
A3) Gerste
A4) Hafer
A5) Dinkel
A6) Kamut
B) Krustentiere
C) Ei
D) Fisch
E) Erdnuss
F) Soja
G) Milcherzeugnisse
H) Nüsse, Schalenfrüchte

H1) Mandeln
H2) Haselnüsse
H3) Walnüsse
H4) Kaschunüsse
H5) Pecannüsse
H6) Paranüsse
H7) Pistazien

H8) Macadamianüsse
L) Sellerie
M) Senf
N) Sesam
O) Sulfid
P) Lupine
R) Weichtiere

ZUSATZSTOFFE

1) Farbstoff
2) Konservierungsstoff
3) Antioxidationsmittel
4) Geschmacksverstärker
5) Schwefeldioxid
7) Nitritpökelsalz
8) Phosphat

9) Süßungsmittel

▲ = vegetarisch
* = ohne Schweinefleisch

Informationen zu Zusatzstoffen und Allergenen entnehmen Sie bitte unseren separaten Ordnern/Aushängen.