


















SPEISEPLAN Osterrath Realschule & Moritz Fontaine Gesamtschule

Standort Wiedenbrück

| | Montag 24.01.2022 | Dienstag 25.01.2022 | Mittwoch 26.01.2022 | Donnerstag 27.01.2022 | Freitag 28.01.2022 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Gericht 1 | Kartoffel - Gemüse Auflauf  | Mediterranes Nudelgratin mit Tomaten, Fetakäse und Oliven  | Falafelbällchen mit Paprikawürfeln, Bulgur und Tomatenkräuterdip  | Mediterrane Grillkartoffeln mit Paprika, Möhren und Zucchini dazu Kräuterdip  | |
| | A1,C,F,G,I,L,3,5,8 | A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,6 | A1,G,I,L,5 | G | |
| Gericht 2 | Schweinegeschnetzeltes nach Züricher Art mit Champignons und Sahne dazu Brokkoli und Spätzle   | Paniertes Putenschnitzel mit Erbsen, Möhren, Stampfkartoffeln und Kräutersauce  | Ravioli mit Rindfleischfüllung in Tomaten-Käsesauce mit Kaisergemüse  | Hähnchenragout in Tomaten Mozzarella Creme mit Paprika dazu Reis   | |
| | A1,A3,C,F,G,I,J,5 | A1,A2,A3,G,G1,J,1,3 | A1,A3,G,I,L,1,5 | G,G1,L,8 | |
| Pastabar | Pasta mit Saucen | Pasta mit Saucen | Pasta mit Thunfisch-Tomatensauce   | Pasta mit Saucen | |
| | A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,2,3,7,8 | A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,2,3,7,8 | A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,2,3,7,8 | A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,2,3,7,8 | |
| Salatangebot  | Salat mit Joghurt-, Essig-Öl-oder Balsamico-Dressing | Salat mit Joghurt-, Essig-Öl-oder Balsamico-Dressing | Salat mit Joghurt-, Essig-Öl-oder Balsamico-Dressing | Salat mit Joghurt-, Essig-Öl-oder Balsamico-Dressing | |
| | C,G,J,L,1,2,3,5,8 | C,G,J,L,1,2,3,5,8 | C,G,J,L,1,2,3,5,8 | C,G,J,L,1,2,3,5,8 | |
| Dessertangebot  | Frisches Obst (Stückobst oder Obstsalat) | Kalte Überraschung   | Frisches Obst (Stückobst oder Obstsalat) | Naturjoghurt oder Quark mit Ananas | |
| | Obstsalat: Ananas,Melone,Orange, z. I. Apfel | G,G1 | Obstsalat: Ananas,Melone,Orange, z.T. Apfel | G | |

 Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem "DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung" und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Änderungen vorbehalten