






SPEISEPLAN Moritz Fontaine Gesamtschule

Standort Rheda

	Montag 17.01.2022	Dienstag 18.01.2022	Mittwoch 19.01.2022	Donnerstag 20.01.2022	Freitag 21.01.2022
Gericht 1	 Cremiger Milchreis mit Roter Grütze		 Schupfnudelpfanne mit Champignons, Zuckerschoten und Möhren	 Vegetarische Maultaschen in Paprikasauce	
	G,G1		A,A1,C	A,A1,A2,A3,C,G1,I,J,1,3	
Gericht 2	 Paniertes Alaska-Seelachsfilet auf Rahmspinat mit Kartoffeln		 Nürnberger Rostbratwürstchen mit Bratensauce, Sauerkraut und Kartoffelpüree	 Lahmacun (Weizenfladen mit Rindfleisch und Paprika) dazu Joghurtsauce und Salat	
	A1,A2,A3,D,G,G1,J,1,3		A,A1,A3,F,I,J,L,G,G1,3,5	A1,C,G,J,1,8	
Pastabar	Pasta mit Saucen		Pasta mit Saucen	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	
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	
	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	Wechselndes Angebot		Wechselndes Angebot	Wechselndes Angebot	



Die mit dem Apfel-Symbol markierten Speisen entsprechen unserer Empfehlung für eine ausgewogene Ernährung.

Änderungen vorbehalten