









SPEISEPLAN Richard von Weizsäcker Gesamtschule

	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 		Cannelloni mit Ricotta und Spinat in Tomatensauce	Mediterrane Grillkartoffeln mit Paprika, Möhren und Zucchini dazu Kräuterdip 	
	A1,C,F,G,I,L,3,5,8		A,A1,C,G,G1,I,5	G	
Gericht 2	 Schweinegeschnetzeltes nach Züricher Art mit Champignons und Sahne dazu Brokkoli und Spätzle 		 Gegrillte Hähnchenbrust in Kräuterrahmsauce mit Brokkoli und Vollkornreis 	 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	G,G1,L,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