















SPEISEPLAN Von Zumbusch Gesamtschule

	Montag 24.01.2022	Dienstag 25.01.2022	Mittwoch 26.01.2022	Donnerstag 27.01.2022	Freitag 28.01.2022
Gericht 1	  Mediterranes Nudelgratin mit Tomaten, Fetakäse und Oliven A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,6		  Kartoffelpuffer mit Apfelmus A,C,I,3	 Falafelbällchen mit Paprikawürfeln, Bulgur und Tomatenkräuterdip A1,G,I,L,5	
Gericht 2	  Paniertes Putenschnitzel mit Erbsen, Möhren, Stampfkartoffeln und Kräutersauce A1,A2,A3,G,G1,J,1,3		 Smoky Meatballs mit BBQ Sauce, Erbsen und Salzkartoffeln A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,2,3	 Ravioli mit Rindfleischfüllung in Tomaten-Käsesauce mit Kaisergemüse A1,A3,G,I,L,1,5	
Pastabar			 Pasta mit Saucen A1,A2,A3,A4,C,F,D,G,I,J,L,1,2,3,7,8	 Pasta mit Thunfisch-Tomatensauce  A1,A2,A3,A4,C,F,G,I,J,L,1,2,3,7,8	
Salatangebot	Salat mit Joghurt-, Essig-Öl-oder Balsamico-Dressing C,G,J,L,1,2,3,5,8		Salat mit Joghurt-, Essig-Öl-oder Balsamico-Dressing C,G,J,L,1,2,3,5,8	Salat mit Joghurt-, Essig-Öl-oder Balsamico-Dressing C,G,J,L,1,2,3,5,8	
Dessertangebot	 Kalte Überraschung  G,G1		Wechselndes Angebot	Wechselndes Angebot	



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

Änderungen vorbehalten