

SPEISEPLAN

im Offenen Ganzttag (OGS)

für die Zeit
 vom 18.06.2018 bis zum 13.07.2018
 (Aktualisierungen bzw. Änderungen möglich)



Landfrauen Service Westmünsterland

Elisabeth Röring

Montag	18.06.2018
1	Spaghetti Bolognese
2	Quarkauflauf mit frischem Obst der Saison
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Montag	02.07.2018
1	Paella mit Hähnchen, Seelachs, Safranreis und Gemüse
2	Spaghetti Napoli mit Mittelmeerkräutern
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Dienstag	19.06.2018
1	Hähnchenschnitzel mit Reis und Kokos-Curry-Soße
2	Kräuterrührei im Brötchen, wahlweise mit Tomaten
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Dienstag	03.07.2018
1	Rote-Linsen-Suppe mit Cabanossi
2	Kaiserschmarrn mit Rosinen, Mandeln und Apfelmus
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Mittwoch	20.06.2018
1	Fischnuggets mit Kartoffelecken und Remouladensoße
2	Mediterraner Brotauflauf mit Tomaten, Pesto und Käse
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Mittwoch	04.07.2018
1	Kartoffelaufauf mit Rinderhackfleisch und Bohnen
2	Vegetarisches Butterrisotto mit geraspeltm Käse
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Donnerstag	21.06.2018
1	Rindergeschnetzeltes mit Jerellinudeln
2	Zwiebelsuppe mit frischem Baguette
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Donnerstag	05.07.2018
1	Schweinebraten mit Kartoffelstampf und Sauerkraut
2	Blumenkohl-Rahm-Gemüse mit bunten Zutaten
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Freitag	22.06.2018
1	Cottage Pie (überbackene Hackfleischpfanne)
2	Frische Spargelcremesuppe nach Hausmacherart
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Freitag	06.07.2018
1	Hotdogs mit Garnitur nach Wahl
2	Sommerliche Gemüsesuppe
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Montag		25.06.2018
1	Geflügelgyros mit Reis und Krautsalat	
2	Dinkel-Spinat-Pfanne mit Schafskäse	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Montag		09.07.2018
1	Maissuppe mit Kartoffeln, Sellerie und Schinken	
2	Makkaroniauflauf mit Cheddarkäse	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Dienstag		26.06.2018
1	Lasagne	
2	Grünkernbratlinge mit Salzkartoffeln und Kräuterjoghurt	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Dienstag		10.07.2018
1	Krautnudeln mit gebratenem Hackfleisch	
2	Süßer Auflauf mit warmem Beerenmix	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Mittwoch		27.06.2018
1	Hähnchenbrustfilet mit Pfefferrahmsoße und Röstiecken	
2	Penne (Nudeln) mit Drei-Käse-Soße	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Mittwoch		11.07.2018
1	Backfisch mit Kartoffeln, Erbsen und Remouladensoße	
2	Bandnudeln mit roten Linsen, Spinat und Mandeln	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Donnerstag		28.06.2018
1	Köttbullar mit Preiselbeersoße und Kartoffenstampf	
2	Warmer Käsekuchen vom Blech	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Donnerstag		12.07.2018
1	Djuvec-Reis mit Cevapcici	
2	Riesige Pellkartoffeln mit frischem Kräuterquark	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Freitag		29.06.2018
1	Hühnersuppe mit Mandeln und Kokosraspeln	
2	Wilder Piratensalat mit knackigen Tacobchips	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Freitag		13.07.2018
1	Grillwürstchen vom Schwein mit frischen Brötchen	
2	s. o., nach Wahl aus Geflügel oder vegetarisch	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Gericht 1 = mit Fleisch oder Fisch ■ ■ ■ Gericht 2 = ohne Fleisch oder Fisch
 Salatvariation = täglich wechselndes Angebot an frischem Salat
 Dessert nach Wahl = z. B. Quark oder Joghurt, Milchreis, Pudding, Eis, Obst; zudem laktosefreie Produkte
 Getränke = Mineralwasser MEDIUM u. CLASSIC, Apfelschorle

Kennzeichnung der Hauptallergene nach der Lebensmittelinformationsverordnung					
	<u>GLUTENHALTIGES GETREIDE*</u>	f	Sojabohnen*	i	Sellerie*
a1	Weizen	g	Milch (einschließlich Laktose)*	j	Senf*
a2	Roggen		<u>SCHALENFRÜCHTE*</u>	k	Sesamsamen*
a3	Gerste	h1	Mandeln	l	Schwefeldioxid und Sulfite**
a4	Hafer	h2	Haselnüsse	m	Lupinen*
a5	Dinkel	h3	Walnüsse	n	Weichtiere*
a6	Kamut (Khorasan-Weizen)	h4	Cashew-/Kaschunüsse		
b	Krebstiere*	h5	Pecan-/Pekannüsse		
c	Eier*	h6	Paranüsse		* und daraus gewonnene Erzeugnisse
d	Fische*	h7	Pistazien		
e	Erdnüsse*	h8	Macadamia-/Queenslandnüsse		** mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l