

Essensplan OGS

Montag, 07.01.2019	<i>Fleischklopse nach "Königsberger Art" mit pürierter Kapernsoße und Boullion-Gemüsekartoffeln</i>
Dienstag, 08.01.2019	<i>Fischstäbchen mit Remouladensoße, dazu Salzkartoffeln und Gurken-Maissalat</i>
Mittwoch, 09.01.2019	<i>Nudeln mit Hackfleischsoße, dazu Salat</i>
Donnerstag, 10.01.2019	<i>Vegetarisches Schnitzel mit heller Rahmsoße, dazu Kartoffel-Möhrengemüse nach "Vorgebirgs Art"</i>
Freitag, 11.01.2019	<i>Vegetarischer Linseneintopf mit bunten Gemüsewürfeln und Kartoffeln, dazu Baguette</i>
Montag, 14.01.2019	<i>"Safari Tierchen" mit leichter Kräutersoße, dazu Tomatenreis und Blattsalat</i>
Dienstag, 15.01.2019	<i>Pfannengyros mild gewürzt, dazu gebackene Kartoffelwürfel, Tzatziki und Salat</i>
Mittwoch, 16.01.2019	<i>Ohne Fett gebackenes Hähncheninnenfilet "Natur" mit Wirsinggemüse und Kartoffeln</i>
Donnerstag, 17.01.2019	<i>Tortellini "Roma" mit Tomaten-Mais-Schinkensoße, dazu Blattsalat mit Mozzarellaperlen</i>
Freitag, 18.01.2019	<i>Bratwurstbrezel in hausgemachter Bratensoße, dazu Schupfnudeln und Tomaten-Gurken-Paprikasalat</i>
Montag, 21.01.2019	<i>Köttbular (Fleischbällchen in Bratensoße), dazu Apfelrotkohl und hausgemachtes Kartoffelpüree</i>
Dienstag, 22.01.2019	<i>Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln</i>
Mittwoch, 23.01.2019	<i>Nudeln „Carbonara" mit Parmesan-Sahnesoße, dazu Rohkostsalat</i>

Donnerstag, 24.01.2019	<i>Chili con Carne mild gewürzt und mit Mais & Orangenpaprika verfeinert, dazu Parboiledreis</i>
Freitag, 25.01.2019	<i>Tomateneintopf mit Nudeleinlage und Geflügelfleischbällchen, dazu Ciabattasticks</i>
Montag, 28.01.2019	<i>Currywurst mild gewürzt, dazu Minikartöffelchen mit Olivenöl verfeinert und Gurken-Apfelsalat</i>
Dienstag, 29.01.2019	<i>Gemüsebagel mit Püree, Tomatenhollandaise und Salat</i>
Mittwoch, 30.01.2019	<i>Vegetarischer Gemüsedino mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln</i>
Donnerstag, 31.01.2019	<i>Fischragout in Dill-Gemüserahm, dazu Parboiledreis und Blattsalat</i>
Freitag, 01.02.2019	<i>Minibouletten in hausgemachter Bratensoße dazu Butternudeln und Wachsbohnen-Paprikasalat</i>
Montag, 04.02.2019	<i>Hähnchenbrustfilet "natur", dazu Kartoffelpüree, Gemüsesoße und Tomaten-Mozzarellasalat in weißem Balsamicodressing</i>
Dienstag, 05.02.2019	<i>Rheinisches Sauerbratengulasch mit Kartoffelknödeln und Salat mit Rahmdressing</i>
Mittwoch, 06.02.2019	<i>Nudelaufbau mit magerem Käse gratiniert, dazu Eisbergsalat mit Cocktaildressing</i>
Donnerstag, 07.02.2019	<i>Hühnerfrikassée vom Filet, mit Erbsen verfeinert, dazu Butterreis und Karottensalat</i>
Freitag, 08.02.2019	<i>Rheinische Reibekuchen mit Apfelmus</i>
Montag, 11.02.2019	<i>Hausgemachter Hamburger aus reinem Rindfleisch, dazu geschmorte Paprikakartoffeln mit Kräuterjoghurt</i>

Dienstag, 12.02.2019	<i>Nuggets vom Seelachs mit kaltgerührtem Cocktaildip, dazu Püree und Blattsalat mit Essig-Öldressing</i>
Mittwoch, 13.02.2019	<i>Eieromelette "natur" mit Kartoffeln und Rahmgemüse</i>
Donnerstag, 14.02.2019	<i>Kesselgulasch aus magerstem Rindfleisch, dazu frische Spätzle und Gurken-Melonensalat</i>
Freitag, 15.02.2019	<i>Vegetarisches Kartoffelrahmsüppchen mit buntem Wurzelgemüse, dazu Vollkornbaguette</i>
Montag, 18.02.2019	<i>Fleischklopse nach "Königsberger Art" mit pürrierter Kapernsoße und Boullion-Gemüsekartoffeln</i>
Dienstag, 19.02.2019	<i>Fischstäbchen mit Remouladensoße^l, dazu Salzkartoffeln und Gurken-Maissalat</i>
Mittwoch, 20.02.2019	<i>Mini Kartoffelnocken mit Tomaten-Champignons in fettarmer Rahmsoße, dazu Blattsalat</i>
Donnerstag, 21.02.2019	<i>Vegetarisches Schnitzel mit heller Rahmsoße, dazu Kartoffel-Möhrengemüse nach "Vorgebirgs Art"^l</i>
Freitag, 22.02.2019	<i>Vegetarischer Linseneintopf mit bunten Gemüsewürfeln und Kartoffeln, dazu Baguette</i>
Montag, 25.02.2019	<i>Putengeschnetzeltes nach "Gärtnerin Art" in bunter Gemüsesoße, dazu Parboiledreis und Eisberg-Radicchiosalat</i>
Dienstag, 26.02.2019	<i>Hausgemachter Milchreis aus fettarmer Milch, dazu heiße Kirschen und Zimt mit Zucker</i>
Mittwoch, 27.02.2019	<i>Ohne Fett gebackenes Hähncheninnenfilet "Natur" mit Wirsinggemüse und Kartoffeln</i>
Donnerstag, 28.02.2019	<i>Vollkornnudeln^l mit vegetarischer</i>

	<i>Bolognesesoße, dazu grüner Salat</i>
Mittwoch, 06.03.2019	<i>Gebackene Fischfilets mit Kartoffeln und gehacktem Spinat</i>
Donnerstag, 07.03.2019	<i>Kleine Frühlingsröllchen vegan gefüllt, dazu Vollkornreis, Früchtesoße und bunter Salat</i>
Freitag, 08.03.2019	<i>Süßer Kaiserschmarren (Pfannkuchenstückchen) ohne Rosinen, dazu Puderzucker und Apfelmus</i>
Montag, 11.03.2019	<i>Käsespätzle mit buntem Gemüse wie Paprika und Erbsen verfeinert, dazu eine fruchtig rote Soße</i>
Dienstag, 12.03.2019	<i>Hähnchenfiletstripes "natur" mit milder Rahmsoße, dazu Püree und grüner Salat mit Sauerrahmdressing</i>
Mittwoch, 13.03.2019	<i>Paniertes Schnitzel "Wiener Art" mit Kohlräbchen in Milchsoße und Salzkartoffeln</i>
Donnerstag, 14.03.2019	<i>Veggie-Topf "Hawaii" mit bunten Früchten verfeinert, dazu Langkornreis und Blattsalat mit Rahmdressing</i>
Freitag, 15.03.2019	<i>Minibouletten in hausgemachter Bratensoße dazu Butternudeln und Wachsbohnen-Paprikasalat</i>
Montag, 18.03.2019	<i>Veggie-Nuggets mit roter Rahmsoße, dazu Püree und Tomatensalat mit Mozzarellaperlen</i>
Dienstag, 19.03.2019	<i>Kohlrabi-Käserösti mit Kräuterschmand, dazu Kirschtomaten-Kartoffeln und Rohkost zum dippen</i>
Mittwoch, 20.03.2019	<i>Nudelaufwurf mit magerem Käse gratiniert, dazu Eisbergsalat mit Cocktaildressing</i>
Donnerstag, 21.03.2019	<i>Hühnerfrikassée vom Filet, mit Erbsen verfeinert, dazu Butterreis und Karottensalat</i>

Freitag, 22.03.2019

*Hühnereintopf mit mageren Filetstücket,
Kartoffeln und buntem Gemüse, dazu ein
"Rosenbrötchen"*