



Küchen: Sekundarschule – Dormagen, Realschule Dormagen Hackenbroich

## Mittagessen

### Sekundarschule/BVA

- |          |    |  |
|----------|----|--|
| 08.11.21 | Mo | Vollkornpasta <sup>2</sup> mit Möhren-Petersilien-Sahnesauce <sup>1,2</sup> ,<br>Tomaten-Sahnesauce <sup>1</sup> , Thunfischsauce <sup>1,2</sup><br>Nachtisch  |
| 09.11.21 | Di | Minestrone (italienische Gemüsesuppe) <sup>1</sup> mit selbstgebackenem<br>Vollkorndinkelbrot <sup>2</sup><br>Nachtisch  |
| 10.11.21 | Mi | Seelachsfilet in Zitronen-Buttersauce <sup>1,2</sup><br><u>Vegetarisch</u> : Buntes Gemüse in Zitronen-Buttersauce <sup>1,2</sup><br>mit Vollkornreis, Kräuterris, Pellkartoffeln & Gurkensalat<br>Nachtisch |
| 11.11.21 | Do | Champignon-Rahmgeschnetzeltes <sup>1,2</sup><br><u>Vegetarisch</u> : Champignon-Kräutersauce <sup>1,2</sup><br>mit Salzkartoffeln, Rosmarinkartoffeln, Vollkornreis & Rohkost<br>Nachtisch                   |
| 12.11.21 | Fr | Chili sin Carne mit Bulgur <sup>2</sup> & Blattsalat<br>Nachtisch  |

1) mit Milcheiweiß

2) mit Weizen

3) mit Mandeln

\* Allergene einsehbar an der Ausgabe

Alle unsere Speisen sind hausgemacht und werden frisch zubereitet. Wir verzichten auf Geschmacksverstärker und nehmen anstatt dessen Gewürze in Reinform. Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder selbst gemachte Kräutersalze. Gluten-, Laktose-, Fruktoseunverträglichkeiten und spezielle Lebensmittelallergien, sowie Sonderkost werden separat und individuell bekocht.



Küchen: Sekundarschule – Dormagen, Realschule Dormagen Hackenbroich

## Mittagessen

### Sekundarschule/BVA

- |          |    |  |
|----------|----|--|
| 15.11.21 | Mo | Vollkornpasta <sup>2</sup> mit Grünkernbolognese,<br>Tomaten-Kräutersauce, Gemüse-Sahnesauce <sup>1,2</sup> & Rohkost<br>Nachtisch   |
| 16.11.21 | Di | Kräuter-Rahmgemüse <sup>1,2</sup> mit Karotten & Blumenkohl<br>mit Vollkornreis, Bulgur <sup>2</sup> & Pellkartoffeln<br>Nachtisch   |
| 17.11.21 | Mi | Wirsing-Kartoffeleintopf <sup>1</sup> (wahlweise mit oder ohne Geflügelwürstchen*)<br>Roter Linsen-Gemüseeeintopf<br>mit selbstgebackenem Vollkorndinkelbrot <sup>2</sup><br>Nachtisch |
| 18.11.21 | Do | Paprika-Rindergulasch<br><u>Vegetarisch:</u> Paprika-Tofugulasch<br>mit Salzkartoffeln, Rosmarinkartoffeln, Kräuterreis & buntem Salat<br>Nachtisch                                    |
| 19.11.21 | Fr | Vollkornpasta-Gemüseaufläufe <sup>1,2</sup> mit Broccoli <sup>1,2</sup> & Rohkost<br>Nachtisch   |

1) mit Milcheiweiß

2) mit Weizen

3) mit Mandeln

\* Allergene einsehbar an der Ausgabe

Alle unsere Speisen sind hausgemacht und werden frisch zubereitet. Wir verzichten auf Geschmacksverstärker und nehmen anstatt dessen Gewürze in Reinform.

Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder selbst gemachte Kräutersalze.

Gluten-, Laktose-, Fruktoseunverträglichkeiten und spezielle Lebensmittelallergien, sowie Sonderkost werden separat und individuell bekocht.



Küchen: Sekundarschule – Dormagen, Realschule Dormagen Hackenbroich

## Mittagessen

### Sekundarschule/BVA

- 22.11.21      Mo    Vollkornpasta<sup>2</sup> mit Tomaten-Paprikasauce & Schafskäse,  
Thunfischsauce<sup>1,2</sup>, Paprika-Sahnesauce<sup>1,2</sup>  
Nachtisch
- 23.11.21      Di    Seelachsfilet in Senf-Honigsauce<sup>1,2</sup>  
Vegetarisch: Bunttes Gemüse in Zitronen-Buttersauce<sup>1,2</sup>  
mit Couscous<sup>2</sup>, Vollkornreis, Salzkartoffeln & Blattsalat  
Nachtisch
- 24.11.21      Mi    Möhrencremesuppe<sup>1</sup> (wahlweise mit oder ohne Geflügelwürstchen\*)  
Linsen-Gemüse Eintopf (wahlweise mit oder ohne Geflügelwürstchen\*)  
mit selbstgebackenem Vollkorndinkelbrot<sup>2</sup>  
Nachtisch
- 25.11.21      Do    Hähnchenschnitzelchen  
Vegetarisch: Gemüseschnitzel<sup>2</sup>  
mit Kohlrabigemüse<sup>1,2</sup> & Karotten-Kräutergemüse<sup>1,2</sup>  
mit Kräuterreis, Rosmarinkartoffeln & Salzkartoffeln,  
Nachtisch
- 26.11.21      Fr    Grünkernfrikadellen<sup>2</sup> mit Kartoffeln, buntem Salat & Currydip  
Nachtisch

1) mit Milcheiweiß

2) mit Weizen

3) mit Mandeln

\* Allergene einsehbar an der Ausgabe

Alle unsere Speisen sind hausgemacht und werden frisch zubereitet. Wir verzichten auf Geschmacksverstärker und nehmen anstatt dessen Gewürze in Reinform. Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder selbst gemachte Kräutersalze. Gluten-, Laktose-, Fruktoseunverträglichkeiten und spezielle Lebensmittelallergien, sowie Sonderkost werden separat und individuell bekocht.