

SPEISEPLAN

im Offenen Ganzttag (OGS)

für die Zeit
 vom 11.12.2017 bis zum 19.01.2018
 (Aktualisierungen bzw. Änderungen möglich)



Landfrauen Service Westmünsterland

Elisabeth Röring

Montag	11.12.2017
1	Italienische Lasagne
2	Vegetarische Gemüsepfanne
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Montag	08.01.2018
1	Spaghetti Bolognese
2	Spannender Schwarzwurzelkuchen
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Dienstag	12.12.2017
1	Möhreneintopf mit wahlweise Brat- oder Geflügelwurst
2	Winterliche Lauchpfanne
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Dienstag	09.01.2018
1	Gesunde Gemüsesuppe mit Geflügelwürstchen
2	Würzige Quarkkartoffeln
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Mittwoch	13.12.2017
1	Spätzlepfanne mit Hähnchengeschnetzeltem
2	Kaiserschmarrn mit Fruchtgrütze und Apfelkompott
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Mittwoch	10.01.2018
1	Chicorée, angerichtet mit Salami und Reisbeilage
2	Krautige Schupfnudeln
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Donnerstag	14.12.2017
1	Reichhaltige Fitmacher-Gemüsesuppe
2	Tomaten-Nudel-Pfanne
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Donnerstag	11.01.2018
1	Tomaten-Hähnchen-Pfanne mit Hirse
2	Gemüsekuchen mit Kirschtomaten und Parmesan
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Freitag	15.12.2017
1	Paniertes Fischfilet mit Reis und Spinat
2	Sauerkrauteintopf mit roten Linsen
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Freitag	12.01.2018
1	Winterlicher Brotauflauf
2	Spiralnudeln mit Drei-Käse-Soße
3	Salatvariation
4	Dessert nach Wahl

Montag		18.12.2017
1	Makkaroniauflauf mit Käse und Tomaten	
2	Pastinakengratin mit Kräuterkruste	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Montag		15.01.2018
1	Gulaschtopf mit Kartoffeln und Rotkohl	
2	Bunte Reispfanne	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Dienstag		19.12.2017
1	Hochzeitssuppe mit Markklößchen und Eierstich	
2	Béchamelkartoffeln mit Blumenkohl	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Dienstag		16.01.2018
1	Bratfisch mit Spinatnudeln	
2	Gefüllte Palatschinken	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Mittwoch		20.12.2017
1	Gemüseallerlei mit Fischbeilage	
2	Pellkartoffeln mit frischem Kräuterquark	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Mittwoch		17.01.2018
1	Panierte Hähnchenbrust mit Gemüse-Allerlei	
2	Gratinierter Grünkohleintopf	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Donnerstag		21.12.2017
1	Schweineschnitzel mit Reis und fruchtiger Soße	
2	Wirsingkohl-Frittata aus dem Ofen	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Donnerstag		18.01.2018
1	Reispfanne mit Blumenkohl und paniertem Schnitzel	
2	Piraten-Gemüse-Pfanne	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Freitag		22.12.2017
1	Hamburger (nach Wunsch zusammengestellt)	
2	Omas Grünkernsuppe	
3	Salatvariation	
4	Dessert nach Wahl	

Freitag		19.01.2018
1	Festtagssuppe mit Fleischklößchen	
2	Vegetarische Möhrchenpfanne „Schneller Hase“	
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

„Schule schmeckt mir!“