









Speiseplan für die Sekundarschule in Medebach-Winterberg

vom: 16.09.2019

bis: 19.09.2019

R 2* - KW 37/38 /2019	Mittagsmenü (1)	Mittagsmenü (2)	Dessert
Montag 16.09.2019	Geflügelfrikadelle Buttergemüse Roter Reis 	Topfen - Quark - Knödeln an Vanillesauce 	Skyr Kirsche
Nährwerte	GG,ML,SL,SE,WZ kcal: 506 (2)	GG,EI,ML,WZ kcal: 404 (12)	ML kcal: 71
Mittwoch 18.09.2019	Blumenkohleintopf kleine Klöße und Bäckerbrötchen 	gefüllte Wrap mit Feta & Gemüsefüllung und Sahnesauce 	Schokopudding mit Vanillesoße
Nährwerte	GG,ML,WZ kcal: 393	GG,ML,SU,WZ kcal: 323 (1)	ML kcal: 149 (12)
Donnerstag 19.09.2019	Spaghetti mit Hackfleischsoße Bunter Blatt Salatmix 	Gemüsepuffer auf Paprika - Sahnesauce bunten Gartensalat 	Banane
Nährwerte	GG,WZ kcal: 1054 (2)(3)	GG,EI,ML,SF,SL,SE,W kcal: 1100 (2)	ML kcal: 207 (14)

kcal = Kilokalorien

Die Legenden der kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe und Allergene entnehmen Sie bitte dem separaten Aushang!

Änderungen vorbehalten!



Schweinefleisch



Geflügelfleisch



Rindfleisch



Fisch



vegetarische Produkte



Lammfleisch

