






Speiseplan

Fritz Winter Gesamtschule
vom 07.10.2019 bis 11.10.2019, 41. KW

- Montag**  Überbackene Spinat-Lachs (Wildfang)-Lasagne dazu Salat vom Buffet
Allergene: Lasagne, Lachs(Wildfang)-Spinat (2, 5, 8)
-  Überbackene Spinatlasagne dazu Salat vom Buffet
Allergene: Spinatlasagne, C&C (2, 8)
- Am Buffet Wok, Pizza, Pasta, Salat und Dessert
- Mittwoch**  Käse-Lauchrahmsuppe dazu ein ofenfrisches Mehrkorn-Brötchen
Allergene: Käse-Lauchrahmsuppe (8, 10) / Brötchen,- Mehrkorn, 40 St. im Beutel (2, 7, 12)
- Am Buffet Wok, Pizza, Pasta, Salat und Dessert
- Donnerstag**  Spanische Tortilla (herzhafter Kartoffel-Ei-Kuchen) dazu einen Joghurtdipp und Salat vom Buffet
Allergene: Tortilla (4) / Zwiebelwürfel, angebraten / Joghurt-Dipp (8)
- Am Buffet Wok, Pizza, Pasta, Salat und Dessert
- Freitag**  Buntes Würstchengulasch dazu Beilage nach Wahl und Salat vom Buffet
Allergene: Würstchengulasch (Geflügel)
- Am Buffet Wok, Pizza, Pasta, Salat und Dessert

In der kalten Jahreszeit gibt es auch noch eine heiße Suppe.
Änderungen vorbehalten. Der Plan im Netz: www.biond.de/sp/fwg-ahlen

