Speisekarte der OGS

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
| Woche 1 | Hähnchenbrustfilet  mit Kartoffelpüree und Salat  Nachtisch: Obst | Tomatensuppe mit Reis und Rind.  Brötchen-Mix  Nachtisch: Quarkspeise | Rindergulasch in Soße  mit Makkaroni  und Salat  Nachtisch: Obst | Hähnchenschnitzel mit  Rahmspinat  und Röstkartoffeln  Nachtisch: Obst | Rinderfrikadellen „Griechische Art“  mit leckerem  Djuvec-Reis  Nachtisch: Quarkspeise |
| Woche 2 | Penne-Nudeln in Tomatensoße und Salat  Nachtisch: Obst | Kartoffeln mit Schale und leckerem selbstgemachtem Kräuterquark, Salat  Nachtisch: Obst | Reispfanne mit Hähnchengyros und Salat  Nachtisch: Quarkspeise | Currywurst in Tomatensoße und  Wellenschnittpommes  mit Salat  Nachtisch: Obst | Rinderfrikadellen  mit Salzkartoffeln  und Rotkohl  Nachtisch: Quarkspeise |
| Woche 3 | Röstkartoffeln  mit Rahmspinat  und Fischstäbchen und Salat  Nachtisch: Obst | Herzhaftes Rindergulasch  mit Makkaroni  Nachtisch: Quarkspeise | Hühnerfrikassee  mit Langkornreis und Salat  Nachtisch: Obst | Bolognese aus Hähnchenfleisch  mit Spiralnudeln und Salat  Nachtisch: Obst | Feinschmecker Reibekuchen  mit Apfelmuss  Nachtisch: Obst |

Als Obst (saisonabhängig) hauptsächlich Pflaumen, Birnen, Äpfel, Bananen, Trauben, Wassermelonen, Mandarinen

Der Speiseplan wiederholt sich nach der dritten Woche.