Speisekarte der OGS

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
| Woche 1 | Hähnchenbrustfiletmit Kartoffelpüree und SalatNachtisch: Obst  | Tomatensuppe mit Reis und Rind.Brötchen-MixNachtisch: Quarkspeise | Rindergulasch in Soßemit Makkaroniund SalatNachtisch: Obst | Hähnchenschnitzel mitRahmspinatund RöstkartoffelnNachtisch: Obst | Rinderfrikadellen „Griechische Art“mit leckeremDjuvec-ReisNachtisch: Quarkspeise |
| Woche 2 | Penne-Nudeln in Tomatensoße und SalatNachtisch: Obst | Kartoffeln mit Schale und leckerem selbstgemachtem Kräuterquark, SalatNachtisch: Obst | Reispfanne mit Hähnchengyros und SalatNachtisch: Quarkspeise | Currywurst in Tomatensoße undWellenschnittpommesmit SalatNachtisch: Obst | Rinderfrikadellenmit Salzkartoffelnund RotkohlNachtisch: Quarkspeise |
| Woche 3 | Röstkartoffelnmit Rahmspinatund Fischstäbchen und SalatNachtisch: Obst | Herzhaftes Rindergulaschmit MakkaroniNachtisch: Quarkspeise | Hühnerfrikasseemit Langkornreis und SalatNachtisch: Obst | Bolognese aus Hähnchenfleischmit Spiralnudeln und SalatNachtisch: Obst | Feinschmecker Reibekuchenmit ApfelmussNachtisch: Obst |

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

Der Speiseplan wiederholt sich nach der dritten Woche.