



Küchen: Sekundarschule – Dormagen, Realschule Dormagen Hackenbroich

Mittagessen

Realschule

23.11.20	Mo	Pädagogischer Tag
24.11.20	Di	
25.11.20	Mi	Fischfilet in Zitronen-Dillsauce ^{1,2} mit Kartoffeln, Vollkornreis & Salat Möhrencremesuppe ¹ mit Kräutern & selbstgebackenem Vollkornbrot ² Nachtisch
26.11.20	Do	Pasta-Hackaufläufe mit Erbsen-Möhrengemüse ^{1,2} & Kartoffel-Hack-Gemüseaufläufe ^{1,2} <u>Vegetarisch:</u> Kartoffel-Gemüseaufläufe mit Erbsen-Möhrengemüse ^{1,2} Nachtisch
27.11.20	Fr	

1) mit Milcheiweiß

2) mit Weizen

3) mit Mandeln

Alle unsere Speisen sind hausgemacht und werden frisch zubereitet. Wir verzichten auf Geschmacksverstärker und nehmen anstatt dessen Gewürze in Reinform.

Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder selbst gemachte Kräutersalze.

Gluten-, Laktose-, Fruktoseunverträglichkeiten und spezielle Lebensmittelallergien, sowie Sonderkost werden separat und individuell bekocht.



Küchen: Sekundarschule – Dormagen, Realschule Dormagen Hackenbroich

Mittagessen Realschule

30.11.20	Mo	Vollkornpasta ² mit Zucchini-Sahnesauce ^{1,2} , Tomaten-Kräutersauce & Thunfisch-Sahnesauce ^{1,2} & Rohkost Nachtisch
01.12.20	Di	
02.11.20	Mi	Frikadellen oder Hackfleisch-Gemüsepfanne <u>Vegetarisch</u> : Gemüse-Frikadellen mit Kohlrabigemüse ^{1,2} , Kartoffeln, Vollkornreis & Kräutereis Nachtisch
03.11.20	Do	Linsen-Gemüse Eintopf, Kartoffel-Kräutersuppe ¹ & Kartoffel-Wirsingsuppe ¹ (wahlweise mit oder ohne Geflügelwürstchen) mit selbstgebackenem Vollkornbrot ² Nachtisch
04.11.20	Fr	

- 1) mit Milcheiweiß
- 2) mit Weizen
- 3) mit Mandeln

Alle unsere Speisen sind hausgemacht und werden frisch zubereitet. Wir verzichten auf Geschmacksverstärker und nehmen anstatt dessen Gewürze in Reinform. Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder selbst gemachte Kräutersalze. Gluten-, Laktose-, Fruktoseunverträglichkeiten und spezielle Lebensmittelallergien, sowie Sonderkost werden separat und individuell bekocht.