

## Realschule Hennef

### Bestellung Mittagstisch für die Kw 27 vom 05.07. bis 09.07.2010

	Vollkost	Menu	Vegetarisch	Menu	Alternativgericht	Menu	Dessert	Menu
<b>Mo</b>	<b>Hühnerfrikasse</b> an Gemüsereis & Salat g, i, a	<b>01</b>	<b>Kartoffel – Spinat -</b> Auflauf in leichter Käsesauce g, c, a, i	<b>02</b>	<b>Indisches Linsen -</b> Gemüsecurry auf Kokosreis g, i, 2	<b>03</b>	<b>Kirschpudding</b>	<b>04</b>
<b>Di</b>	<b>Sauerkraut-Kartoffel-</b> Auflauf mit Rindfleisch g, c, a	<b>05</b>	<b>Gemüseschnitzel</b> mit Bechamelkartoffeln c, g, a	<b>06</b>	<b>Spiralnudeln</b> mit Tomatensauce c, g, a	<b>07</b>	<b>Obst der Saison</b>	<b>08</b>
<b>Mi</b>	<b>Gegrilltes Hähnchen-</b> Filet Erbsen, Möhren, Kartoffeln c, g, a	<b>09</b>	<b>Omelette</b> mit Salzkartoffeln & Salat c, g, a	<b>10</b>	<b>Indisches Linsen -</b> Gemüsecurry auf Kokosreis g, i, 2	<b>11</b>	<b>Fruchtjoghurt</b>	<b>12</b>
<b>Do</b>	<b>Chili – Con – Carne</b> (Rindfleisch) mit Fladenbrot & Salat a, c, g, i	<b>13</b>	<b>Kartoffelrösti</b> mit Blattspinat & Käse überbacken g, c	<b>14</b>	<b>Spiralnudeln</b> mit Tomatensauce c, g, a	<b>15</b>	<b>Quarkspeise</b>	<b>16</b>
<b>Fr</b>	<b>Linseneintopf</b> mit Geflügelwurststreifen & Suppenbrötchen i, a, 3, 4, 8	<b>17</b>	<b>Grüne Tagliatelle</b> in heller Sauce mit Lachswürfeln u. Kräutern a, g, c	<b>18</b>	<b>Indisches Linsen -</b> Gemüsecurry auf Kokosreis g, i, 2	<b>19</b>	<b>Kirsch-Streusel</b>	<b>20</b>