


Kettlerschule Hamm

Montag, 14.08.2023

Vorspeise 2

Gurkensalat in Joghurt-Dill-Dressing (SE, ML, 2, 4) 

Menü 1 (Fleisch/Fisch)

Rindergulasch "Ungarisch" mit frischer Paprika (KV) 

Menü 2 (vegetarisch)

BIO-Reis (KV) 

BIO-Kräuterrührei (EI, ML) 

Dessert 2

BIO-Kartoffeln 

Frischobst 

Dienstag, 15.08.2023

Vorspeise 1 (DGE)


Gemischte Blattsalate 

mit Joghurt-Basilikum dressing (SU, ML, SE, 2) 

Vorspeise 3

Brötchen (GG, RO, WZ) 

DGE-Menü

Linteneintopf (BIO-Kartoffeln, Möhren, Linsen, Sellerie, Lauch) (SL, SU, SE, 2) 

Menü 2 (vegetarisch)

Reisauflauf "Gyros Art" (mit BIO-Reis, Paprika, Erbsen, Tomaten und Hirtenkäse) (ML) 

Dessert 1 (DGE)


Apfel-Körner-Quark (mit BIO-Weizen) (ML, GG, WZ)

Dessert 2


Frischobst 

Mittwoch, 16.08.2023


Vorspeise 2

Brötchen (GG, RO, WZ) 

Menü 1 (Fleisch/Fisch)

Hühnersuppe (mit Karotten, Sellerie, Porree) (SL) 

Menü 2 (vegetarisch)

mit BIO-Reis (KV) 

Gemüsesuppe mit buntem Gemüse und BIO-Reiseinlage (KV) 

Dessert 1 (DGE)

Frischobst 

Dessert 2

Götterspeise (mit Gelatine vom Rind) (KV, 12) 


+ Soße mit Vanillegeschmack (ML, 12) 

Donnerstag, 17.08.2023

Vorspeise 3


BIO-Möhrengemüse 

DGE-Menü

Geflügelbruststreifen Indisch mit Früchten in Currysoße (ML, 2) 

Menü 1 (Fleisch/Fisch)

Naturreis (KV) 

Frikadelle (mit Rinderhack u. Brokkoli) (SE, EI, GG, WZ) 

mit milder Rosmarinsoße (ML) 

BIO-Kartoffeln 

Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“

0 = keine vorhanden, 1= Konservierungsstoffe, 2 = Antioxidationsmittel, 4= Süßungsmittel, 12= Farbstoffe, 13 = geschwefelt, 15 = geschwärzt, 16= Phosphat, DI = Dinkel, EI = Ei, EN = Erdnuss, GE = Gerste, HF = Hafer, HN = Haselnüsse, KN = Cashewnüsse, KT = Krebstiere, MA = Mandeln, ML = Milch/Laktose, RO = Roggen, SE = Senf, SF = Schalenfrüchte, SL = Sellerie, SM = Sesam, SO = Soja, WN = Walnüsse, WZ = Weizen, RK = Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, FO = täglich und saisonal wechselnd
Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.

Änderungen vorbehalten

Kettelerschule Hamm

Menü 2 (vegetarisch)

Dinkel-Brokkoli-Bratling (mit BIO-Dinkel) (ML, EI, GG, DI, WZ, HF, SE) 
 mit milder Rosmarinsoße (ML)   
 BIO-Reis (KV)     
 Frischobst  

Dessert 1 (DGE)




Freitag, 18.08.2023

Vorspeise 2

Rohkost  


Veganes Menü

Vegane orientalische gefüllte Paprika (SL, 12)   

mit Tomatensoße (KV)    


Naturreis (KV)    

Lieblingsmenü

2 Pfannkuchen (ML, EI, GG, WZ) 

mit Apfelmus (KV, 2)    

Dessert 1 (DGE)

Blaubeerenquark (ML) 

Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“

0 = keine vorhanden, 1 = Konservierungsstoffe, 2 = Antioxidationsmittel, 4 = Süßungsmittel, 12 = Farbstoffe, 13 = geschwefelt, 15 = geschwärzt, 16 = Phosphat, DI = Dinkel, EI = Ei, EN = Erdnuss, GE = Gerste, HF = Hafer, HN = Haselnüsse, KN = Cashewnüsse, KT = Krebstiere, MA = Mandeln, ML = Milch/Laktose, RO = Roggen, SE = Senf, SF = Schalenfrüchte, SL = Sellerie, SM = Sesam, SO = Soja, WN = Walnüsse, WZ = Weizen, RK = Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, FO = täglich und saisonal wechselnd
Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.

Änderungen vorbehalten