

Wochenmenü 1 25.08.2025-29.08.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		<p>Kräuterkartoffeln mit Geflügelbrühwürstchen und gemischter Salat</p> <p><u>Alternative (vegetarisch):</u> Kräuterkartoffeln mit vegetarischem Schnitzel und gemischter Salat</p>	<p>Bio Tomatensuppe (G, G1) mit Reis und Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se)</p> <p><u>Alternativ: Laktosefreie</u> Brötchen (G, G1)</p>	<p>Teddynudeln in heller Soße mit Erbsen (G, G1, Ei, M, Me, La)</p> <p><u>Alternative (vegetarisch +</u> <u>laktosefrei):</u> Nudeln (G, G1) mit heller Cremesoße vegan (Sb) und Erbsen</p> <p><u>Alternative ohne</u> <u>Hülsenfrüchte: ohne Erbsen</u></p>
		<p>Obst Rohkost oder Salat</p>	<p>Joghurt mit frischem Obst (o. laktosefreier Joghurt) Rohkost</p>	<p>Obst Rohkost oder Salat</p>

Wochenmenü 2 01.09.2025-05.09.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>Bio mini-Ravioli (G, G1, Ei, M, Me, La) mit Tomatensoße</p> <p><u>Alternative (laktosefrei, ohne Hülsenfrüchte):</u> Gabelspaghetti (G, G1) mit vegetarischer Bolognese (G, G1, G3, S)</p>	<p>Basmatireis mit Bratensoße (S, Sn) und Cevapcici</p> <p><u>Alternative vegetarisch :</u> Bunter Gemüsereis mit vegetarischen Cevapcici in Paprikasoße</p>	<p>Salzkartoffeln mit Fisch im Backteig (G, G1, Fi)</p> <p><u>Alternative (kein Fisch):</u> Salzkartoffeln mit veg. Schnitzel oder Nuggets</p>	<p>Vegetarische Kartoffelsuppe (S) und Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se)</p> <p><u>Alternativ:</u> Laktosefreie Brötchen (G, G1)</p>	<p>Bandnudeln (G, G1) mit Rinderfrikadelle in Bratensoße (G, G1, Ei)</p> <p><u>Alternative (vegetarisch):</u> Reis mit Gemüsesoße süß-sauer (Sb)</p>
<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>	<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>	<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>	<p>Joghurt mit frischem Obst (o. laktosefreier Joghurt)</p> <p>Rohkost</p>	<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>

Wochenmenü 3 08.09.2025-12.09.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>Tortelloni-Gratin „Tomate“ (G, G1, Ei, M, Me, La)</p> <p><u>Alternative (laktosefrei):</u> Rigatoni Salvia (G, G1, S)</p>	<p>Kartoffeln mit Spinat (M, Me, La) und Rührei (Ei, M, Me, La)</p> <p><u>Alternative (laktosefrei):</u> Kartoffeln mit Bio Spinat Natur und Geflügelfrikadelle (G, G1)</p>	<p>Kräuterkartoffeln mit Fingermöhren und Geflügelbratwurst</p> <p><u>Alternative (vegetarisch):</u> Kräuterkartoffeln mit Fingermöhren und vegetarischem Schnitzel (G, G1, Sb)</p>	<p>Lintensuppe (S) mit Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se)</p> <p><u>Alternative (ohne Hülsenfrüchte):</u> Bio Tomatensuppe mit Reis (G, G1) mit Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se)</p> <p><u>Alternativ:</u> Laktosefreie Brötchen (G, G1)</p>	<p>Kaiserschmarrn (G, G1, Ei, M, Me, La) mit Apfelmus</p> <p><u>Alternative (laktosefrei):</u> Röstis mit Apfelmus</p>
<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>	<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>	<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>	<p>Joghurt mit frischem Obst (o. laktosefreier Joghurt)</p> <p>Rohkost</p>	<p>Obst</p> <p>Rohkost oder Salat</p>

Wochenmenü 4 15.09.2025-19.09.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>Penne in cremiger Tomatensoße (G, G1, M, Me, La)</p> <p><u>Alternative (Laktosefrei und vegetarisch):</u></p> <p>Rigatoni „Salvia“ (G, G1, S)</p>	<p>Hühnerfrikassee (G, G1, M, Me, La, S) mit Reis</p> <p><u>Alternative (laktosefrei und vegetarisch):</u></p> <p>Veggie- Frikassee “Frühlingsart” (G, G1, Sb)mit Reis</p> <p><u>Alternative (ohne Hülsenfrüchte):</u></p> <p>Hähnchenfilets in milder Tomatensoße mit Reis</p>	<p>Kartoffelkroketten (G, Ei, Sb, M, Me, La, S, Se) mit Fischstäbchen (G, G1, Fi)</p> <p><u>Alternative (kein Fisch)</u></p> <p>Kartoffelrösti mit Veggie “Bullar” (G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, S, E</p> <p><u>Alternative (Laktosefrei):</u></p> <p>Kartoffelrösti mit Fischstäbchen (G, G1, Fi) und Ketchup+ vegane Remoulade</p>	<p>Erbsensuppe (S) mit Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se)</p> <p><u>Alternative (ohne Hülsenfrüchte):</u></p> <p>Vegetarische Kartoffelsuppe (S)</p> <p><u>Alternativ:</u> Laktosefreie Brötchen (G, G1)</p>	<p>Hörnchennudeln (G, G1) mit vegetarischer Bolognese (G, G1, G3, S)</p>

Obst Rohkost oder Salat	Obst Rohkost oder Salat	Obst Rohkost oder Salat	Joghurt mit frischem Obst (o. laktosefreier Joghurt) Rohkost	Obst Rohkost oder Salat
----------------------------	----------------------------	----------------------------	--	----------------------------

Wochenmenü 5 22.09.2025-26.09.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Spaghetti (G,G1) mit Tomatensoße á la italia und gemischtem Salat	Kartoffeln mit Buttergemüse naturell (M, Me, La) und klassischer Bratensoße (S, Sn) <u>Alternative (Lactosefrei und ohne Hülsenfrüchte):</u> Kartoffeln mit Blumenkohl und Brokkoli in veganer Cremesoße (Sb)	Pitabrot (G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, Sf, Se, Lp) mit Geflügelfrikadelle und Krautsalat und Tsatsiki <u>Alternative (vegetarisch):</u> Pitabrot (G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, Sf, Se, Lp) mit Falafelbällchen (Sn) und Krautsalat und Tsatsiki	Bio Kartoffel-Möhren- Eintopf (S) mit Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se) <u>Alternativ: Laktosefreie</u> Brötchen (G, G1)	Basmatireis mit Geflügelbällchen in Tomaten-Gemüse-Soße (G, G1, Sn) <u>Alternative (vegetarisch):</u> Basmatireis mit veg. Geschnetzeltem à la Italia (G, G1, G4)

Obst Rohkost oder Salat	Obst	Obst Rohkost oder Salat	Joghurt mit frischem Obst (o. laktosefreier Joghurt) Rohkost	Obst Rohkost oder Salat
----------------------------	------	----------------------------	--	----------------------------

Wochenmenü 6 29.09.2025-02.10.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Spaghetti mit Käsesoße "Carbonara Art" (G, G1, M, Me, La, S) <u>Alternative (laktosefrei + vegetarisch)</u> Mini-Gemüseravioli (G, G1, Ei)	Kartoffelspalten mit Fischstäbchen (G, G1, Fi), Blumenkohl und Brokkoli und dazu vegane Cremesoße (Sb) <u>Alternative (ohne Fisch):</u> Vegetarisches Schnitzel (G, G1, Sb)	Reispfanne mit Hähnchengyros <u>Alternative (ohne Hülsenfrüchte):</u> Reis mit Gemüsesoße süß- sauer (Sb)	Bio- Buchstabennudeleintopf mit Hühnerfleisch (G, G1, S) mit Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se) <u>Alternative (vegetarisch und ohne Hülsenfrüchte):</u> Gemüse-Nudel-Suppe (G, G1, S) mit Brötchen (G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se) <u>Alternativ: Laktosefreie Brötchen (G, G1)</u>	Kartoffeln mit Bratensoße (S, Sn) und Erbsen <u>Alternative (ohne Hülsenfrüchte):</u> Kartoffeln mit Bratensoße und Möhren (G, G1)

Obst Rohkost oder Salat	Obst Rohkost oder Salat	Obst Rohkost oder Salat	Joghurt mit frischem Obst (o. laktosefreier Joghurt) Rohkost	Obst Rohkost oder Salat

Allergene

G – Gluten	G5 – Dinkel	Sb – Soja	Namentlich	Sf6 – Paranüsse	Se – Sesam
Namentlich	G6 – Khorasan	M – Milch (einschließlich Laktose)	Sf1 – Mandeln	Sf7 – Pistazien	Sd – Schwefeldioxid und Sulfite (>10 mg/kg oder 10 mg/l)
G1 – Weizen	K – Krebstiere	Me – Milcheiweiß	Sf2 – Haselnüsse	Sf8 – Macadamia- /Queenslandnüsse	Lp – Lupinen
G2 – Roggen	Ei – Eier	La – Laktose	Sf3 – Walnüsse	S – Sellerie	W - Weichtiere
G3 – Gerste	Fi – Fische	Sf – Schalenfrüchte	Sf4 – Kaschunüsse	Sn – Senf	E - Erdnüsse
G4 – Hafer	E – Erdnüsse		Sf5 – Pecannüsse		

Rot = kann Spuren von enthalten

OGS Roggendorf
roggendorf@vgs-ganztag.de

Gutnickstr. 37
50769 Köln

OGS Leitung: 0163 1445619
OGS Handy 01575 2942-114/ -115



Hinweis

Bitte beachten Sie, dass es gegebenenfalls zu kurzfristigen Änderungen im Speiseplan kommen kann. In regelmäßigen Abständen kann es dazu kommen, dass wir die restlichen vollständigen Gerichte, die im Laufe der Zeit übriggeblieben sind, anbieten und dies nicht immer vorher planen und angeben können.

Der Speiseplan wiederholt sich in der Regel alle sechs Wochen.