



GGG der Stadt Sankt Augustin in Menden  
Siegstraße & Mittelstraße

# Essensplan

Datum: 13.09. bis 24.09.2021

## Siegstraße

13.09.	Hähnchengulasch mit Vollkornnudeln + gem. Salat
14.09.	Rindsfrikadelle in Bratensoße, Salzkartoffeln + Möhrensalat
15.09.	Wirsing-Rinderhackfleischpfanne, Salzkartoffeln + Schokopudding
16.09.	Gemüse-Maultaschengratin mit Blumenkohl und Brokkoli + Rohkost und Quarkdip
17.09.	Vollkornreis, Tomaten-Zuccinisoße + Gurkensalat und Honigmelone

20.09.	Hähnchenmedaillons, Bratensud, Salzkartoffeln und gemischter Salat
21.09.	Raviolis mit Tomatenfüllung in Tomatensoße + Gurkensalat
22.09.	Schwenkkartoffeln, Rohkost, Joghurt-Kräuterquark Dip + Früchtejoghurt
23.09.	Putenbraten-Kasseler, Röstiecken Auflauf und gemischter Salat
24.09.	Mit Käse gefüllte Knuspertaschen + Rohkost und Kräuterdip

## Mittelstraße

13.09.	Hähnchengulasch mit Vollkornnudeln + gem. Salat
14.09.	Quarkauflauf mit Kirschen und Vanillesoße, Knabbergemüse
15.09.	Fischstäbchen, Kartoffelpüree und Eisbergsalat
16.09.	Gemüse-Maultaschengratin mit Blumenkohl und Brokkoli + Rohkost
17.09.	Schmorgurken-Lachs-Pfanne, Vollkornreis und Gurkensalat

20.09.	Hähnchenmedaillons, Bratensud, Salzkartoffeln und gemischter Salat
21.09.	Veggie-Schnitzel Emmental und Bulgursalat
22.09.	Knusperfilet, Kartoffelpüree und Kopfsalat
23.09.	Putenbraten-Kasseler, Röstiecken Auflauf und gemischter Salat
24.09.	Raviolis mit Tomatenfüllung in Tomatensoße + Gurkensalat