



GGG der Stadt Sankt Augustin in Menden
Siegstraße & Mittelstraße

Essensplan

Datum: 14.11. bis 25.11.2022

Siegstraße

14.11.	Hähnchengulasch mit Nudeln und gem. Salat
15.11.	Quarkauflauf mit Kirschen und Vanillesoße, Knabbergemüse
16.11.	Fischstäbchen mit Kartoffelpüree und Erbsengemüse
17.11.	Bami-Goreng mit Möhrensalat
18.11.	Vollkornreis mit Tomaten-Zucchini-Soße und Gurkensalat

21.11.	Hähnchenmedaillons im Bratensud und Salzkartoffeln, Möhrensalat
22.11.	Raviolis mit Gemüsefüllung in Tomatensoße mit Gurkensalat
23.11.	Blumenkohl/Brokkoli/Cremesuppe mit Geflügelwürstchen und Brötchen
24.11.	Vollkornspaghettis mit Möhrenbolognese und Fitnesssalat
25.11.	Mit Käse gefüllte Kartoffel-Knuspertaschen, Rohkost und Dip

Mittelstraße

14.11.	Hähnchengulasch mit Nudeln und Salat
15.11.	Quarkauflauf mit Kirschen, Vanillesauce und Rohkost
16.11.	Fischstäbchen mit Kartoffelpüree und Erbsen
17.11.	Bami Goreng mit Möhrensalat
18.11.	Reis mit Tomaten-Zucchini-Sauce und Gurkensalat

21.11.	Kartoffel-Gemüse-Eintopf mit Geflügelwurst und Mehrkornbrot
22.11.	Veggi-Schnitzel mit Kartoffelpüree und Gurkensalat
23.11.	Schwenkkartoffeln mit Rohkost und Dip
24.11.	Spaghetti mit Möhrenbolognese und Salat
25.11.	Kartoffelknuspertaschen mit Rohkost und Dip