

Speiseplan



Schule: GGS-Rösrath

1.

Der Speiseplan gilt für die KW 44,48,2,6,10 „also wom“ 27.10.2025 bis 27.03.2026

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung an Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptmenü	Bio-Ravioli (a1, g1, g2, c, i, 10) (Ricotta-Spinat) in Sahnesoße mit Erbsen, Möhren und Protein-Streifen (g1, g2, f, i)	Kap Seehechfilet(d) unter einer Parmesankruste (g1) dazu Spitzkohl in Rahm(f,i) und gebackenen Kartoffeln	Kokos-Curry (i,f) (Soja, Mango, Edamame, Möhren) dazu Basmatireis und Quinoa	Putenbrustbraten (i,10) dazu Eierspätzle (a1,c)	Kartoffel-Taschen gefüllt mit Frischkäsecreme (g1,g2)
Vegetarische Alternative		Dinkel-Frikadelle (a1, c, f, g1) dazu Spitzkohl in Rahm (f, i) und gebackenen Kartoffeln		Vegane Hackbällchen (f, i, 10) dazu Eierspätzle (a1, c)	
Salat + Rohkost	Rohkost saisonal		Rohkost saisonal	Bohnensalat in Essig, Öl und Sahne (g1, g2)	Feldsalat mit Kartoffel-Dressing
Obst + Dessert	Obst saisonal	Obst saisonal	Frucht-Quark (g1,g2) mit gerösteten Mandeln (h1)		

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Essen für Kinder mit Allergien und/oder Unverträglichkeiten werden nach Absprache mit den vor Ort Verantwortlichen (OGS-Leitung + Küchenleitung) nach dem Allergen-Leitfaden umgesetzt und gesondert vermerkt.

Speiseplan



Schule: GGS-Rösrath

2.

Der Speiseplan gilt für die KW 45,49,3,7,11 „also wom“ 27.10.2025 bis 27.03.2026

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung an Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptmenü	Gnocchi (a1) al Napoli (Tomate, Paprika, Aubergine, Zucchini) dazu Fetakäse (g1,g2)	Thunfisch-Tomaten-Frischkäsecreme (d, g1, g2) (Kapern, Paprika, Zwiebeln) mit Vollkorn-Penne (a1)	Vegetarisches Knusperfilet (a1, a4, f, 10) (Sojaprotein) dazu Kartoffel-Wedges	Hühner-Frikassee (g1,g2) (Spargel, Erbsen) dazu Vollkornreis	Penne (a1) mit Pesto-Sahnesoße (g1,g2,4,10)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Tomaten-Frischkäsecreme (g1, g2, f) (Sojagranculat, Kapern, Paprika, Zwiebeln) mit Vollkorn-Penne (a1)		Mais-Bohnenragout (g1,g2) (Wachsbrechbohnen, Zwiebeln) dazu Vollkornreis	
SALAT + ROHKOST	Rohkost saisonal	Rohkost saisonal	Eisbergsalat mit Tomaten und Gurken, dazu Cocktailsoße (f, 10)		Tomaten-Rucola-Salat mit Mozzarella (g1,g2) und Balsamico-Dressing
OBST + DESSERT			Obst saisonal	Obst saisonal	

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Essen für Kinder mit Allergien und/oder Unverträglichkeiten werden nach Absprache mit den vor Ort Verantwortlichen (OGS-Leitung + Küchenleitung) nach dem Allergen-Leitfaden umgesetzt und gesondert vermerkt.

Speiseplan



Schule: GGS-Rösrath

3.

Der Speiseplan gilt für die KW 46,50,4,8,12 „also wom“ 27.10.2025 bis 27.03.2026

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung an Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Gemüse-Nudel-Pfanne (a1, g1, g2) mit Vollkorn-Fusilli, Romanesco und Kichererbsen	Lachsfilet(d) mit Sesam(k) dazu gebackene Kartoffeln und Süß-Kartoffeln	Chili sin Carne (Schwarze Linsen, Mais, Kidneybohnen) dazu Bio-Dinkel-Vollkorn- Brötchen (a1, a5)	Rinds-Bratwürstchen (j,3,4) mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln (g1,g2)	Kartoffel-Spalten mit Schmand und Schnittlauch (g1,g2)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Gebackene Kartoffeln und Süß-Kartoffeln mit Soja Sticks(f) und Sesam(k)		Soja-Bratwurst (f,10) mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln (g1,g2)	
SALAT + ROHKOST	Blattsalat mit French-Dressing (g1,j)	Rote Beete-Salat mit Fetakäse(g1,g2)	Rohkost saisonal	Rohkost saisonal	Eisbergsalat mit Möhren, Mais und Essig-Öl-Dressing
OBST + DESSERT	Obst saisonal	Obst saisonal	Frucht-Joghurt (g1,g2)		

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Essen für Kinder mit Allergien und/oder Unverträglichkeiten werden nach Absprache mit den vor Ort Verantwortlichen (OGS-Leitung + Küchenleitung) nach dem Allergen-Leitfaden umgesetzt und gesondert vermerkt.

Speiseplan



Schule: GGS-Rösrath

4.

Der Speiseplan gilt für die KW 47,51,5,9,13 „also wom“ 27.10.2025 bis 27.03.2026

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung an Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Spaghetti(a1) mit fruchtiger Tomatensoße dazu gerieben Parmesan(g1)	Kibbeling (a1,d) (Kabeljau) mit Gemüse-Reis und veganer Remoulade(f)	Gemüse-Cremesuppe (g1,g2,i) (Kartoffeln, Zwiebeln, Petersilie) dazu Herz-Körner-Brötchen (a1,a2,a3,a4,a5,k)	Rinder-Braten mit Rotkohl (10) und Kartoffelklößchen (10)	Farfalle tri colore (a1) mit grünem Pesto (g1)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Gemüse-Frikadelle (a2,c,10) (Erbsen, Blumenkohl, Brokkoli) mit Gemüse-Reis und Kräuterquark (g1,g2)		Vegane Hackbällchen (a1,a3,f) (Soja) mit Rotkohl (10) und Kartoffelklößchen (10)	
SALAT + ROHKOST	Apfel-Möhrensalat in Essig & Öl	Blattsalat mit Kidneybohnen dazu Kräuterdressing(j)	Rohkost saisonal		Rahm-Gurkensalat (g1,g2)
OBST + DESSERT			Obst saisonal	Obst saisonal	

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Essen für Kinder mit Allergien und/oder Unverträglichkeiten werden nach Absprache mit den vor Ort Verantwortlichen (OGS-Leitung + Küchenleitung) nach dem Allergen-Leitfaden umgesetzt und gesondert vermerkt.