

Gruppenname:  
Anregungen, Wünsche:

**OGS Mosaikschule Ostenfelde**



Salat/ Gemüse



Rohkost



Hauptspeise



Hauptspeise II



Vollwert



Frischobst



Nachspeise

Montag 29.06.2026	Gurkensalat	handgeschnittene Rohkost	Hühnerfrikassee mit Gemüse und Reis	Gemüserahmpfanne mit Reis	Kartoffeltopf mit Vollkornbrötchen	Frischobst	Milchreis
Anzahl			12,20	12,20	20,3,15		12,22
Dienstag 30.06.2026	Konfettisalat	handgeschnittene Rohkost	Gemüsesuppe "Kunterbunt" mit Ge.-Bockwurst und 1 Brötchen	mediterrane Gnocchipfanne mit hausg. Pesto	gefüllte Paprika mit Tomatencreme und Schupfnudeln	Frischobst	Apfel-Mandel-Zimt-Kompott
Anzahl	20		20,15	fructose	3,12,15		fructose,19
Mittwoch 01.07.2026	Erbsen + Möhren-Gemüse	handgeschnittene Rohkost	Hähnchen "Milanese" in Parmesanhülle mit Djuwetschreis	Zucchini "ala Milanese" mit Djuwetschreis	2 Vollwert-Pflammkuchen mit Apfelmus	Frischobst	Stippmilch
Anzahl			3,15,17	3,15,17	12,22,17,15,fructose		12,22
Donnerstag 02.07.2026 VeggieDay	rote Beete-Linsen-Salat mit frischer Minze	handgeschnittene Rohkost	Nudelpfanne mit Blattspinat und Kirschtomate in Sahnesauce	Gabelspaghetti mit veg. Bolognesesauce	Drillingepfanne mit Gemüse und Kichererbsen. Dazu ein Dip	Frischobst	Heidelbeerjoghurt
Anzahl			15,12	3,15,24	12,2		fructose,12,22
Freitag 03.07.2026	Mixgemüse	handgeschnittene Rohkost	3 Fischstäbchen mit Frankfurter Sauce und Salzkartoffeln	Gemüse-Polenta-Schnitzel mit Frankfurter Sauce und Salzkartoffeln	CousCous-Brokkoli-Bratling mit Frankfurter Sauce und Salzkartoffeln	Frischobst	Karamelcreme
Anzahl			12,15,3,17,18	3,12,17	3,12,15,17		12,22