Speiseplan

Rhein-Maas-Gymnasium Aachen
vom 09.11.2026 bis 13.11.2026, 46. KW

Montag

VEGGY Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln

Allergene und BE: Rührei C&H (4, 8); 0,1 BE / 100g || Spinat, Rahm- (8); 0,22 BE / 100g || Salzkartoffeln ; 1,24 BE / 100g

VEGGY Nudeln dazu Tomatensauce und geriebenen Käse

Allergene und BE: Tomatensauce ; 0,44 BE / 100g || Penne, gegart (2a); 3,35 BE / 100g || Käse, gerieben (8); 0 BE / 100g

Am Buffet — Salatbar, Dessert und Beilage

Dienstag

Chili con Carne (Rind) dazu Vollkornreis

Allergene und BE: Chili con Carne C&C (10); 0,57 BE / 100g || Vollkornreis, gegart ; 3,07 BE / 100g

VEGGY Chili sin Carne dazu Vollkornreis

Allergene und BE: Chili sin Carne (10, 2e); 1,29 BE / 100g || Vollkornreis, gegart ; 3,07 BE / 100g

Am Buffet — Salatbar, Dessert und Beilage

Mittwoch

VEGGY Drei süße Pfannkuchen mit gedünsteten Apfelschnitzen und Schoko-Haselnusscreme

Allergene und BE: Apfelschnitze, gedünstet ; 1,75 BE / 100g || Pfannkuchen, Süß Demeter 10x 10x60 g (4, 8, 2a); 3,26 BE / 100g || Schoko-Haselnusscreme (8, 9a); 4,8 BE / 100g

VEGGY Italienische Minestrone (Tomaten-Gemüsesuppe) mit Nudeln dazu Ciabatta (italienisches Weißbrot),

Allergene und BE: Italienische Minestrone (10); 0,22 BE / 100g || Suppennudeln, gegart (2a); 3,4 BE / 100g || Ciabattascheiben Ährensache (2a, 2e, 2c); 4,25 BE / 100g

Am Buffet — Salatbar, Dessert und Beilage

Donnerstag

Fischfilet (Wildfang) mit Cornflakes-Käsekruste dazu Tomatensauce und Kartoffelbrei

Allergene und BE: Mexican Baked Fisch (Auflauf) C&H (8, 5); 0,45 BE / 100g || Tomatensauce ; 0,44 BE / 100g || Kartoffelbrei C&H (8); 1 BE / 100g

VEGGY Nudeln dazu Tomaten-Käsesauce und geriebenen Käse

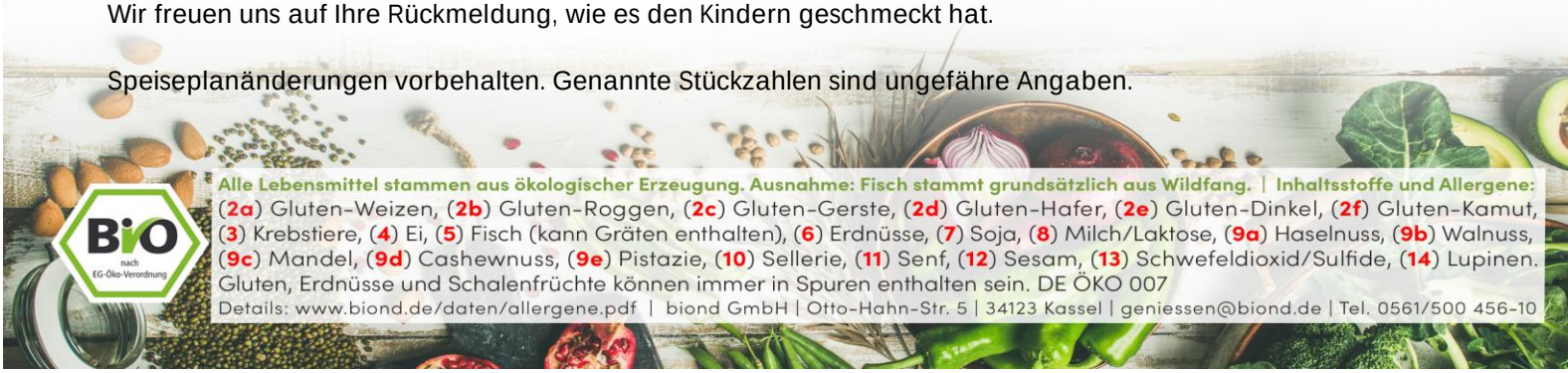
Allergene und BE: Tomaten-Käsesauce (8); 0,44 BE / 100g || Spiralen, gegart (2a); 3,35 BE / 100g || Käse, gerieben (8); 0 BE / 100g

Am Buffet — Salatbar, Dessert und Beilage

Das Tagesgericht ist pro Person täglich auf eine Portion begrenzt.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, wie es den Kindern geschmeckt hat.

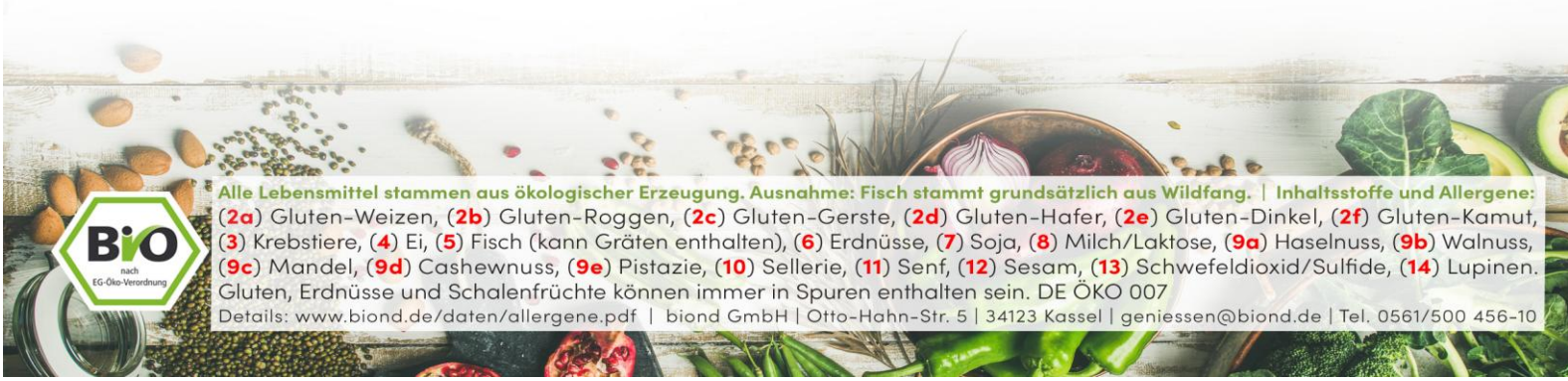
Speiseplanänderungen vorbehalten. Genannte Stückzahlen sind ungefähre Angaben.



Alle Lebensmittel stammen aus ökologischer Erzeugung. Ausnahme: Fisch stammt grundsätzlich aus Wildfang. | Inhaltsstoffe und Allergene: (2a) Gluten-Weizen, (2b) Gluten-Roggen, (2c) Gluten-Gerste, (2d) Gluten-Hafer, (2e) Gluten-Dinkel, (2f) Gluten-Kamut, (3) Krebstiere, (4) Ei, (5) Fisch (kann Gräten enthalten), (6) Erdnüsse, (7) Soja, (8) Milch/Laktose, (9a) Haselnuss, (9b) Walnuss, (9c) Mandel, (9d) Cashewnuss, (9e) Pistazie, (10) Sellerie, (11) Senf, (12) Sesam, (13) Schwefeldioxid/Sulfide, (14) Lupinen. Gluten, Erdnüsse und Schalenfrüchte können immer in Spuren enthalten sein. DE ÖKO 007

Details: www.biond.de/daten/allergene.pdf | biond GmbH | Otto-Hahn-Str. 5 | 34123 Kassel | geniessen@biond.de | Tel. 0561/500 456-10

Ihr Speiseplan im Internet: www.biond.de/sp/maas-ac



Alle Lebensmittel stammen aus ökologischer Erzeugung. Ausnahme: Fisch stammt grundsätzlich aus Wildfang. | **Inhaltsstoffe und Allergene:**
(**2a**) Gluten-Weizen, (**2b**) Gluten-Roggen, (**2c**) Gluten-Gerste, (**2d**) Gluten-Hafer, (**2e**) Gluten-Dinkel, (**2f**) Gluten-Kamut, (**3**) Krebstiere, (**4**) Ei, (**5**) Fisch (kann Gräten enthalten), (**6**) Erdnüsse, (**7**) Soja, (**8**) Milch/Laktose, (**9a**) Haselnuss, (**9b**) Walnuss, (**9c**) Mandel, (**9d**) Cashewnuss, (**9e**) Pistazie, (**10**) Sellerie, (**11**) Senf, (**12**) Sesam, (**13**) Schwefeldioxid/Sulfide, (**14**) Lupinen.
Gluten, Erdnüsse und Schalenfrüchte können immer in Spuren enthalten sein. DE ÖKO 007
Details: www.biond.de/daten/allergene.pdf | biond GmbH | Otto-Hahn-Str. 5 | 34123 Kassel | geniessen@biond.de | Tel. 0561/500 456-10