



Speiseplan für die OGS Ottoschule (12.10.2026 – 16.10.2026)

Diese Woche haben Kinder der Klassen 3 & 4 das Essen bestellt 😊



Montag:

HÄHNCHEN-GYROS mit Vollkorn-Djuwetschreis (u.a. mit Möhren, Erbsen, Paprika), dazu Zaziki und Krautsalat

Für unsere Vegetarier:

VEGGIE-GYROS (Sojabasis) mit Vollkorn-Djuwetschreis, dazu Zaziki und Krautsalat

Allergenenessen:

VEGGIE-GYROS (Sojabasis) mit Zaziki (Sojabasis), dazu Vollkorn-Djuwetschreis und Krautsalat

Dienstag: (Veggie day)

SOJABÄLLCHEN in Preiselbeersauce mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln

Allergenenessen:

VEGGIE-HACKBÄLLCHEN (Sojabasis) in Preiselbeersauce mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln



Mittwoch:

Rheinischer SAUERBRATEN-GULASCH (Rindfleisch) mit BIO-Nudeln und Apfelmus

Für unsere Vegetarier:

VEGGIE-GULASCH nach Sauerbraten Art (Erbsen- und Ackerbohnenproteinbasis) mit BIO-Nudeln und Apfelmus

Allergenenessen:

RÖSTKARTOFFELN mit Möhrengemüse, dazu Kräuterdip mit Sojajoghurt

Donnerstag: (Veggie day)

VEGGIE-FILETSTREIFEN (Erbsen- und Ackerbohnenproteinbasis) in Barbecuesauce, dazu Mais und BIO-Reis

Allergenenessen:

GLUTENFREIE NUDELN mit Tomatensauce, dazu frischer Gurkensalat in Essig-Öl



Freitag: (Veggie day)

*MINI-GEMÜSE-FRIKADELLEN (u.a. Blumenkohl, Erbsen, Möhren, Mais), dazu
Rahmspinat und Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln*

Allergenessen:

GRÜNKOHLEINTOPF mit Kartoffeln zubereitet



Guten Appetit!

***Wir wünschen allen schöne und erholsame
Herbstferien!***