

# Speiseplan Heinrich Böll Gesamtschule Monat September 2015



|                   | Montag             | Dienstag  | Mittwoche   | Donnerstag   | Freitag   |  |
|-------------------|--------------------|---|---|--|---|--|
| 31.08.-04.07.2015 | Menü 1 Stammessen  | Geflügelbratwurst mit veg.braune Rahmsoße (c,a,g,i) dazu kleine runde Salzkartoffeln und Apfelrotkohl     | Hähnchenbrustfilet 'Piccata' (a,g) mit veg.braune Rahmsoße (c,a,g,i) dazu Kartoffelpüree (g,i) und Buttergemüse (g)   | Fischpfanne "Neptun" (Alaska Seelachsstreifen, Gemüse, Rahmsoße)(a,b,g,i) mit kleine runde Salzkartoffeln und Beilagensalat                  | Rindfleischbällchen in Tomatensoße (c,a) mit Naturreis und bunter Salat   | Hamburger (a,c,f,g,j,k,m) mit Rinderhacksteak (c,a) dazu Gurke/Tomate und Pommes "Welle"     |
|                   | Menü 2 Trend-Point | Kartoffeltaschen "Broccoli-Frischkäse" (g) mit Kräuterquark (g) und Beilagensalat                         | Veg. Nuggets "Hähnchen Art" (a,c,f,g,h) mit Pommes frites und Beilagensalat   | Geflügel Kräuterbällchen [8] (a,c,f,g,i,j) in Geflügelrahmsoße (a,g,i) dazu Langkornreis und Beilagensalat                                   | Milchreis (g) mit Erdbeer-Fruchtsoße dazu Zimt-Zucker   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat          |
|                   | Menü 3 Pasta Point | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                       | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                                   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat  | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat          |
|                   | Menü 4 Salat-Point | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   |
| 07.09.-11.09.2015 | Menü 1 Stammessen  | Dorschfilet in Senfsoße, Sahne (d,a,g,i,j) mit kleine runde Salzkartoffeln dazu Salat                     | veg. Kartoffelsuppe mit Gemüse (i) dazu Geflügel Wiener Würstchen [2,3,8] (g,i,j) und Mehrkornbrötchen (a,k)          | veg. kl. Kartoffel-Karottenecke mit Knusperpanade (a,g) dazu Kartoffelgratin in Käsesahnesoße (a,g,i) und Balkangemüse                       | "Gärtnerin Art" Hähnchenfilets in Gemüserahmsoße (a,g,i) mit Naturreis und Salat  | Rinderfrikadelle (c,a) mit Bratensoße [R] (i,j) dazu Salzkartoffeln (a,g,i) und Balkangemüse |
|                   | Menü 2 Trend-Point | Chicken-Haxe (a,f) mit Kartoffelpüree (g) und Blumenkohl-Broccoli-Gemüse in Soße (a,g,i)                  | Putengeschnetzeltes in Broccoli-Möhren-Rahmsoße (a,g,i,j) dazu Langkornreis und bunter Salat                          | Hähnchenbrustfilet natur (a,c,g,i) mit Geflügelrahmsoße (a,g,i) dazu Kartoffelklöße und Karottengemüse                                       | Chicken-Nuggets (Hähnchenbrustgeformt) (a) mit Country-Wedges dazu Ketchup(i)/Mayo (g,c) und Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g) | Pfannkuchen (c,a,g) mit Apfelmark  |
|                   | Menü 3 Pasta Point | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                       | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                                   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat  | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat          |
|                   | Menü 4 Salat-Point | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   |
| 14.09.-18.09.2015 | Menü 1 Stammessen  | versch. Hackfleischgerichte, in Soße(a,g,i) mit Penne Nudeln (a) und Beilagensalat                        | versch. Eintöpfe (a,c,g,i) dazu Mehrkornbrötchen (a,k)  | versch. Fischgerichte (a,c,d,g,i) mit Dillrahmsoße (a,g,i) dazu kleine runde Salzkartoffeln und Gurken-Tomatensalat mit Italien Dressing (i) | versch. Hähnchengerichte (a,g,i) mit Kartoffelkroketten und Beilagensalat   |  |
|                   | Menü 2 Trend-Point | veg. Tomatencremesuppe mit Sahne (a,g,i) veg. Reibekuchen "Hausfrauen Art" (c,a) mit Apfelmark            | Lahmacun [R] (a) mit Kräuterquark (g) und Beilagensalat   | Milchreis (g) mit Erdbeer-Fruchtsoße   | versch. Nudelgerichte (a,c,g,i) dazu Beilagensalat  | Hähnchenschnitzel (a) mit Kartoffelwedges und Ketchup (i) dazu bunter Salat                  |
|                   | Menü 3 Pasta Point | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                       | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                                   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat  | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat          |
|                   | Menü 4 Salat-Point | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   |
| 21.09.-24.09.2015 | Menü 1 Stammessen  | Linsensuppe (veg.) (i) mit Mehrkornbrötchen (a,k)   | veg. Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße (c,a) mit Beilagensalat  | Rinderfrikadelle (c,a) mit Bratensoße [R] (i,j) dazu Fussilli (a) und Buttergemüse (g)   | Alaska Seelachs mit würziger Blattspinatauflage (d,g) dazu kleine runde Salzkartoffeln und Dillrahmsoße (a,g,i) sowie Beilagensalat         |  |
|                   | Menü 2 Trend-Point | veg. Omelette mit Cremesoße und Gemüse gef. (c,a,g) dazu Kartoffelpüree (g,i) und helle Cremesoße (a,g,i) | "Fresh kick" Hähnchenhappen in feiner Joghurtsauerrahmsoße und Kräuter (a,g) dazu Basmatireis und buntes Gartengemüse | Pan. Fischfilet (d,a) mit Pommes frites und Beilagensalat dazu Ketchup(i)/Mayo(g,i)  | Frühlingsrolle Shoo Van (a,c,f) mit Langkornreis und asiatische Gemüsesoße "süß-sauer"  | Geflügelbratwurst mit Steakhouse Frites und Mayonnaise (c,j)/ Tomatenketchup(i)              |
|                   | Menü 3 Pasta Point | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                       | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat                                   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat  | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat   | Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g) dazu Salat          |
|                   | Menü 4 Salat-Point | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen  | Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen   |

Zusatzstoffe und Allergene laut separatem Aushang

Rindfleisch [R], Schweinefleisch [S], Geflügel [G]

Änderungen vorbehalten! Täglich zubuchbares Obst aus dem Obstkorb

