

Speiseplan Heinrich Böll Gesamtschule Monat Oktober 2014



		Montag	Dienstag	Mittwoche	Donnerstag	Freitag
20.10.-24.10.2014	Menü 1 Stammessen	Geflügelbratwurst mit Kartoffeln und brauner Rahmsoße dazu Apfelrotkohl	Veg. Omelette mit Gemüsefüllung dazu Kartoffelpüree	Alaska Seelachs „Mediterran“ mit Kartoffeln und Kräuterquark dazu Salat	Putengeschnetzeltes in Gemüserahmsoße dazu Reis	Veg. Nudel-Gemüsepfanne mit Salat
	Menü 2 Trend-Point	Kartoffeltaschen gefüllt mit Brokkoli-Frischkäse dazu Kräuterquark und Salat	Rindfleischklößchen „Köttbular“ in Sahnesoße mit Preiselbeeren verfeinert dazu Pommes frites und Salat	Geflügel-Kräuterbällchen (4,8) mit Rahmsoße dazu Reis und Salat	Veg. Nuggets mit Twister Pommes und Salat	Fit Pizza „Salami“ (R,1,3) mit Salat
	Menü 3 Pasta Point	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan
	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
	Dessert	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb
27.10.-31.10.2014	Menü 1 Stammessen	Hähnchenfilets „Gärtnerin“ mit Reis und Salat	Mini Gemüseravioli in Tomatensoße mit Salat	Rinderfrikadelle mit Bratensoße dazu Kartoffeln und Buttergemüse	Seelachsschnitte in feiner Tomatensoße mit Kartoffelpüree und Salat	Veg. Linsensuppe mit Mehrkornbrötchen
	Menü 2 Trend-Point	Fit Pizza „Margherita“ mit Salat	Hähnchen „Tikka Masalla“ in dunkler Paprikasoße dazu Reis und buntes Gemüse	Pan. Fischfilet mit Pommes frites und Salat, Ketchup/Mayonaise	Veg. Frühlingsrolle „Shoo Van“ mit Reis und asiatischer Gemüsesoße	Geflügelcurrywurst mit Steakhouse frites und Mayonaise
	Menü 3 Pasta Point	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan	Nudeln mit 2 verschiedenen Soßen und Parmesan
	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
	Dessert	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb	Frischobst aus dem Obstkorb
<p>1 mit Farbstoff, 2 mit Konservierungsstoff, 3 mit Antioxidationsmittel, 4 mit Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 gewachst, 8 mit Phosphat, 9 mit Süßungsmitteln, 10 mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 11 enthält Phenylalaninquelle, 12 kann abführend wirken, Nur für Fleischerzeugnisse: 13 mit Milcheiweiß, 14 mit Eiklar, 15 mit Milch, 16 mit Sahne, 17 mit Pflanzeneiweiß, 18 mit Stärke, 19 koffeinhaltig. <u>Anderungen vorbehalten!</u></p>						

