

Speiseplan Heinrich Böll Gesamtschule Monat November 2015

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.11.-06.11.2015	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 Gemüserahmsauce (a,g,i) mit Naturreis und Salat
	Menü 2 Trend-Point	Chicken-Haxe (a,f) mit Kartoffelpüree (g) und Blumenkohl-Brokkoli-Gemüse in Soße (a,g,i)	Putengeschnetzeltes in Brokkoli-Möhren-Rahmsauce (a,g,i,j) dazu Langkornreis und bunter Salat	Hähnchen-Knusperschnitzel (a) mit Geflügelrahmsauce (a,g,i) dazu Nudeln (a) und Karottengemüse	Chicken-Nuggets (Hähnchenbrustgeformt) (a) mit Country-Wedges dazu Ketchup(i)/Mayo (g,c) und Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)
	Menü 3 Pasta Point	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)
	Menü 4 Salat-Point	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen
09.11.-13.11.2015	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 Fussili (a) und Buttergemüse (g)	Alaska Seelachs mit Blattspinatauflage (d,g) dazu Salzkartoffeln und Dillrahmsauce (a,g,i) sowie Beilagensalat
	Menü 2 Trend-Point	veg. Omelette mit Cremesauce und Gemüse gef. (c,a,g) dazu Kartoffelpüree (g,i) und helle Cremesauce (a,g,i)	"Fresh kick" Hähnchenhappen in feiner Joghurtsauerrahmsauce und Kräutern (a,g) dazu Basmatireis und buntes Gartengemüse	Pan. Fischfilet (d,a) mit Pommes frites und Beilagensalat dazu Ketchup(i)/Mayo(g,j)	Frühlingsrolle Shoo Van (a,c,f) mit Langkornreis und asiatische Gemüsesauce "süß-sauer"
	Menü 3 Pasta Point	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)
	Menü 4 Salat-Point	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen
16.11.-20.11.2015	Menü 1 Stammessen	Gebra. Hähnchenbrustfilet "Natur" mit Pikante Currysoße (g,j) dazu Fussili (a) und Buttergemüse (g)	"Gärtnerin Art" Hähnchenfilets in Gemüserahmsauce (a,g,i) mit Langkornreis und Salat	Heute kein Essen	Geflügelbratwurst mit Stampfkartoffeln (g) und Wirsinggemüse in cremiger Soße (a,g)
	Menü 2 Trend-Point	Tomaten-Reis-Eintopf mit Hackbällchen [R] (a,i) dazu Mehrkornbrötchen (a,k)	Fit Pizza Margherita Spezial (a,g) mit Beilagensalat	Farlafel (Kichererbsenbällchen) (a,j) mit Kartoffelspalten und Paprikasauce [2] (j)	Hähnchenbrustfilet "Napoli" in Tomaten-Kräuter-Sugo (a) mit Langkornreis und Beilagensalat
	Menü 3 Pasta Point	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)
	Menü 4 Salat-Point	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen
23.11.-27.11.2015	Menü 1 Stammessen	Hähnchenfilets "Italia" in Tomaten-Balsamico-Soße (i) mit Langkornreis und Möhren	veg. Spinat-Kartoffel-in Käserahmsauce (a,g,i)	Mini-Geflügelbällchen in Tomaten-Gemüsesauce (a,j) mit Vollkorn-Spiralen (a) und Beilagensalat	Knusperfilet mit Senf-Honig-Füllung(d,a,g,j) dazu Salzkartoffeln und Dillrahmsauce (a,g,i) sowie Beilagensalat
	Menü 2 Trend-Point	Geschnittener Pfannkuchen ohne Rosinen (c,a,g) mit Vanillesauce (a,g) dazu Zimt-Zucker	veg. Kartoffelsuppe mit Gemüse (i) mit Geflügel Wiener Würstchen [2,3,8] (g,i,j) dazu Mehrkornbrötchen (a,k),	Blumenkohl-Käse-Medaillon paniert (a,c,g,i) mit Kräuterkartoffeln gebacken dazu Beilagensalat	„Hähnchendöner“ Fladenbrot (a,k) gefüllt Hähnchengyros (i) dazu Kebabsauce weiß mit Kräutern (c,g,j), Eisberg, Tomate, Gurke
	Menü 3 Pasta Point	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)
	Menü 4 Salat-Point	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen

Änderungen vorbehalten!

Täglich zubuchbares Obst aus dem Obstkorb

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

HERBST

apetito