

Speiseplan Heinrich Böll Gesamtschule Monat Januar 2016



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
04.01.-08.01.2016	Menü 1 Stammessen			Wir wünschen allen alles Gute für 2016	Rindfleischbällchen in Tomatensoße (c,a) mit Naturreis dazu bunter Salat	
	Menü 2 Trend-Point				Milchreis (g) mit Erdbeer-Fruchtsoße und Zimt-Zucker	
	Menü 3 Pasta Point				Nudeln (a) mit 2 verschiedenen Soßen (a,i,g) und ger. Hartkäse [1,2] (g)	
	Menü 4 Salat-Point				Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen	
11.01.-15.01.2016	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 t
	Menü 2 Trend-Point	Chicken-Haxe (a,f) mit Kartoffelpüree (g) und Blumenkohl-Brokkoli-Gemüse in Soße (a,g,i)		Hähnchen-Knusperschnitzel (a) mit Geflügelrahmsoße (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)	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)	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	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen
18.01.-22.01.2016	Menü 1 Stammessen	Gebra. Hähnchenbrustfilet "Natur" mit Pikante Currysoße (g,j) dazu Fussili (a) und Buttergemüse (g)		Seelachs in Backteig (a,d,g) mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (g)	Geflügelbratwurst mit Stampfkartoffeln (g) und Wirsinggemüse in cremiger Soße (a,g)	
	Menü 2 Trend-Point	Grünkerngemüsebratling (a,c,g,i) mit Stampfkartoffeln (g) und Kohlrabi-Karottengemüse in Soße (a,g,i)	"Gärtnerin Art" Hähnchenfilets in Gemüserahmsoße (a,g,i) mit Langkornreis und Salat	Chicken-Nuggets (Hähnchenbrustgeformt) (a) mit Country-Wedges und Gurken-Tomatensalat mit Italien Dressing (i), Ketchup (i)/Mayo (g,j)	Linsensuppe (i) mit Mehrkornbrötchen (a,k)	Hot Dog (a,i) mit Geflügelwürstchen [3], Röstzwiebeln (a), Salat und Soßen dazu Steakhouse frites und Salat
	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)	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	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen
25.01.-29.01.2016	Menü 1 Stammessen	Eintopfvariationen (a,c,g,i) mit Mehrkornbrötchen (a,k)	"Fresh kick" Hähnchenhappen in feiner Joghurtsauerrahmsoße und Kräuter (a,g) dazu Basmatireis und buntes Gartengemüse	Rinderfrikadelle (c,a) mit Bratensoße [R] (i,j) dazu Fussili (a) und Buttergemüse (g)	Fischvariationen (a,d,g) dazu kleine runde Salzkartoffeln und Dillrahmsoße (a,g,i) sowie Beilagensalat	Geflügelbratwurst mit Steakhouse Frites und Mayonnaise (c,j)/ Tomatenketchup(i)
	Menü 2 Trend-Point	veg. Omelette mit Cremesoße und Gemüse gef. (c,a,g) dazu Kartoffelpüree (g,i) und helle Cremesoße (a,g,i)		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 Gemüsesoße "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)	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	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen

Änderungen vorbehalten!

Täglich zubuchbares Obst aus dem Obstkorb

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

