

# Speiseplan Heinrich Böll Gesamtschule Monat März 2016

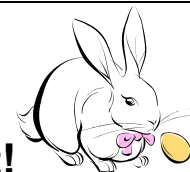


	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
29.02.-04.03.2016	Menü 1 Stammessen	Eintopfvariationen mit Mehrkornbrötchen (a,k)		Geflügelfrikadelle (a,c) mit Bratensoße [R](i,j) dazu Spiralen (a) und Buttergemüse (g)	Fischvariationen mit Kartoffeln dazu Dillrahmsoße (a,g,i) und Beilagensalat,	
	Menü 2 Trend-Point	veg. Omelette mit Cremesoße und Gemüse gef. (a,c,g) dazu Kartoffelpüree (g,i) und helle Cremesoße (a,g,i)	"Fresh kick" Hähnchenhappen in feiner Joghurtsauerrahmsoße mit Kräutern (a,g) dazu Basmatireis und buntes Gartengemüse	Pan. Fischfilet (a,d), Pommes frites, Beilagensalat, Ketchup/Mayo	Frühlingsrolle Shoo Van (a,c,f) mit Langkornreis dazu asiatische Gemüesoße "süß-sauer"	Geflügelbratwurst mit Steakhouse Frites, Mayonnaise (c,j,f), Tomatenketchup und Beilagensalat (c,f,g,j)
	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
07.03.-11.03.2016	Menü 1 Stammessen	Gebra. Hähnchenbrustfilet "Natur" mit Geflügelrahmsoße (a,g,i) dazu Vollkorn-Spiralen (a), und buntes Gemüse (g)	"Gärtnerin Art" Hähnchenfilets in Gemüserahmsoße (a,g,i) mit Langkornreis und Salat	Alaska-Seelachsfilet "Mediterran" (d) mit Kartoffeln dazu Dillrahmsoße (a,g,i) und Beilagensalat (c,f,g,j)	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf mit Möhren in heller Soße gebacken (a,g,i) dazu Beilagensalat (c,f,g,j)	Rinderfrikadelle (a,c), mit Twisters (Spiralpommes) Mayonnaise (c,j,f) und Beilagensalat (c,f,g,j)
	Menü 2 Trend-Point	Linsenbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen (a,c) dazu helle Rahmsoße (a,g,i), Couscous (a) und Frühlingsgemüse	Fit Pizza Margherita Speziale (a,g,i) mit Beilagensalat (c,f,g,j)	Veg. Nuggets "Hähnchen Art" (a,c,f,g) mit bunter Gemüseris und Tomatenkräutersoße (i)	Fladenbrot (a,k) gefüllt mit Hähnchendöner, Kebapsauce weiß mit Kräutern (c,g,i) und Salat	Geschnittener Pfannkuchen ohne Rosinen (a,c,g) mit Apfelmark und Vanillesoße (a,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)	
	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
14.03.-18.03.2016	Menü 1 Stammessen	Hähnchenfilets "Italia" in Tomaten-Balsamico-Soße (i) mit Langkornreis und Möhren "naturell"		Mini-Geflügelbällchen in Tomaten-Gemüesoße (a,j) dazu Vollkorn-Spiralen (a) und Beilagensalat (c,f,g,j)	Knusperfilet mit Senf-Honig-Füllung (a,d,g,j) dazu Kartoffeln und Senfsoße (a,g,i,j), Beilagensalat (c,f,g,j)	Penne Nudeln (a) mit Bolognese aus Hähnchenfleisch (a,i) dazu Beilagensalat (c,f,g,j) geriebener Hartkäse [1,2](g)
	Menü 2 Trend-Point	Veggie-Power Aktion Sojageschnetzeltes "Toskana" in Rahmsoße (a,c,f,g,i,j) mit Langkornreis dazu Erbsen und Karotten	Veggie-Power Aktion Vegetarische Rote-Linsen-Lasagne mit fruchtiger Tomatensoße und Mozzarella überbacken (a,c,g,i) dazu Beilagensalat (c,f,g,j)	Veggie-Power Aktion Blumenkohl-Käse-Medaillon paniert (a,c,g,i) mit Kräuterkartoffeln gebacken dazu Beilagensalat mit French Dressing (c,f,g,j)	Veggie-Power Aktion Weizen-Currywurst "Veggie-Style" in köstlicher Tomatensoße (a,j) dazu Country-Wedges dazu Eisberg-Maissalat mit Joghurt Dressing (c,f,g)	Veggie-Power Aktion „Veggie-Burger“ aus Hamburger Brötchen (a,k) Veggie-Burger (aus Kichererbsen und rote Beete) (j) und Salat dazu Steakhouse Frites
	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	Salatteller mit 2 verschiedenen Salatsoßen

Änderungen vorbehalten!

Mit täglich zubuchbarem Obst aus dem Obstkorb  
Rindfleisch [R], Schweinefleisch [S], Geflügel [G]

Wir wünschen allen ein frohes Osterfest!



apetito catering