

Heinrich Böll Gesamtschule Monat November 2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
28.10.-01.11.2019 KW 44	Stammessen	Fladenbrot gefüllt mit Kichererbsen Bällchen und Kräuterquark	Hähnchenbrustfilet-Piccata mit Spaghetti dazu Tomaten-Mozzarella-Soße und Eisbergsalat mit Joghurtdressing	Fit Pizza Margherita Speciale mit Beilagensalat	Seelachs in Tempurateig gebacken mit Senfsoße dazu Langkornreis und Beilagensalat	Feiertag,
	Trend - Point	Sesam Karotten Stick mit Stampfkartoffeln dazu Kohlrabigemüse in Soße	Kartoffelrösti überbacken mit Mais, Erbsen,Paprika Gemüse und Gouda	Chicken Nuggets dazu Bunter Gemüsereis und Mandarinen-Eisbergsalat	Tortellini in milder Käsesoße mit Beilagensalat	,
	Pasta - Point	Pasta wahlweise mit Käsesoße "Carbonara Art " mit Putenformschinken oder Tomatensoße "Italia" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Pasta wahlweise mit Rinderbolognese oder Tomatensoße "Italia" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Psata wahlweise mit Käsesoße oder Tomatensoße "Italia" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	
	Salatteller	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Erlöse Salatbar, Mehrkornbrötchen	,
	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	
04.11.-08.11.2019 KW 45	Stammessen	Aktion "Jetzt gehts um die Wurst" Bunter Nudelauf mit Geflügelwiener(2,3,8) {a,a1,g,i]	Schlemmerfilet Bordelaise mit Senfsoße dazu Salzkartoffeln und Beilagensalat	Veggi-Schnitzel aus Soja mit Röstinchen dazu Soße Hollandaise und Karottengemüse	Aktion "Jetzt gehts um die Wurst" Burger mit Bratwürstchen dazu würzige Kräuterkartoffeln	
	Trend - Point	Falafelbällchen aus Kirchererbsen mit Tzatziki dazu Naturreis und gemischter Blattsalat mit Joghurt Kräuter Dressing		Schlemmerpfanne "Gnocchi-Spinat"	Gemüsenuggets mit Kräuterkartoffeln dazu Blattsalate mit French Dressing	Eierpfannkuchen mit Apfelmark
	Pasta - Point	Pasta wahlweise mit Tomatensoße "Italia" oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta wahlweise mit Vegetarische Thai-Bolognese oder Soße "Gärtnerin Art" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Tortellini mit Ricotta Füllung mit Tomatensoße "Italia" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta wahlweise mit Soße "Balkan Art" oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Gemischter Salat	Pasta mit Tomatensoße "Italia" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat
	Salatteller	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen
	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison
11.11.-15.11.2019 KW 46	Stammessen	Eierpfannkuchen 'Blattspinat-Hirtenkäse mit Salzkartoffeln und Helle Cremesoße	Panierte Fischstäbchen mit Kartoffelpüree dazu Erbsen und Möhren "naturell"	Gegrillte Hähnchenkeule mit Country Kartoffeln dazu Beilagensalat	Alaska-Seelachsfilet in Knusperpanade mit Salzkartoffeln dazu Dillrahmsoße und Beilagensalat	Vegetarische Kartoffelsuppe mit Mehrkornbrötchen
	Trend - Point	Käse-Lauch-Suppe < G > mit Mehrkornbrötchen		Süßkartoffel-Curry Süßkartoffeln, Wasserkastanien, Brokkoli, Zuckerschotenerbsen mit Kokosmich und Gewürzen abgeschmeckt	Reisnudel-Gemüse-Pfanne	Hähnchen-Döner dazu braune Rahmsoße, Langkornreis, Krautsalat
	Pasta - Point	Pasta Wahlweise mit Bolognese aus Hähnchenfleisch oder Tomatensoße-Käsesoße , dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta wahlweise mit Tomatensoße oder Käse-Spinatsoße, dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta wahlweise mit Tomatensoße "Italia" oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta wahlweise mit Käsesoße Carbonara Art mit Putenformschinken oder Tomaten-Mozzarella-Soße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	
	Salatteller	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen
	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison

18.11.-22.11.2019 KW 47	Stammessen	Vegetarische Kartoffelsuppe mit Mehrkornbrötchen	Geflügelfrikadelle mit braune Rahmsoße dazu Langkornreis und Bohnengemüse	Hähnchen-Krusty paniertes Hähnchenbrustfleisch mit Geflügelrahmsoße dazu Bio Fusilli und Gurke-Eisbergsalat,	Eieromelette "natur" mit Salzkartoffeln und Rahmspinat	Knusperfilet vom Alaska-Seelachs mit Senf-Honig-Füllung dazu Salzkartoffeln und Beilagensalat
	Trend - Point	Vegane Lahmacun mit Kräuterquark und Blattsalate mit French Dressing		Mini-Karotten-Ecke dazu Kartoffelgratin und Balkan Mix Gemüse	Mini-Geflügelbällchen in Tomatensoße mit Vollkorn Fusilli und Leipziger Allerlei	
	Pasta - Point	Pasta wahlweise mit Tomatensoße "Italia" oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Blattsalate mit Italian Dressing	Pasta wahlweise mit Vegetarische Bolognese oder Tomatensoße "Italia" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta Wahlweise mit helle Thunfischsoße, oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Blattsalate mit Italian Dressing	Pasta wahlweise mit Tomatensoße "Italia" oder Bolognese aus Hähnchenfleisch dazu Hartkäse gerieben und Blattsalate mit Italian Dressing	Pasta wahlweise mit Tomatensoße "Italia" oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Blattsalate mit Italian Dressing
	Salatteller	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Erlöse Salatbar, Mehrkornbrötchen
	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison

25.11.-29.11.2019 KW 48	Stammessen	Hähnchenfilets "Gärtnerin Art" in Rahmsoße mit Langkornreis dazu Eisbergsalat	Herzhaftes Rindergulasch mit Salzkartoffeln dazu Blumenkohl	Cevapcici vom Rind mit Langkornreis dazu Tomatensoße "Italia" , Erbsen und Karotten	Alaska Seelachsfilet gefüllt mit Käse und Kräutern dazu Salzkartoffeln und Möhren in Sahnesoße	Hot Dog mit Geflügelwiener, Röstzwiebeln, Gurkensalat, Senf, Tomatenketchup dazu Kartoffel Wedges und Beilagensalat
	Trend - Point	Vegetarische Frühlingsrolle mit Asiatische Gemüsesoße süß-sauer dazu Naturreis	Fit Pizza Margherita Speziale mit Beilagensalat	Reibekuchen "Hausfrauen Art" mit Apfelmark	Spinat-Kartoffel-Gratin	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" mit Helle Cremesoße dazu Gnocchi und Beilagensalat
	Pasta - Point	Pasta wahlweise mit Käsesoße Carbonara Art mit Putenformschinken oder Tomatensoße "Italia" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta Wahlweise mit Tomaten-Mozzarella-Soße oder Mini-Geflügelbällchen in Rahmsoße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta Wahlweise mit Bolognese aus Hähnchenfleisch oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pennenudeln, Vegetarische Soße Stroganoff , Tomatensoße "Italia" , Hartkäse gerieben, Beilagensalat	
	Salatteller	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Großer Salatteller mit Mehrkornbrötchen
	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison



Speiseplan ohne Gewähr. Wir weisen daraufhin, dass die Inhaltsstoffe (Allergene und Zusatzstoffe) der Speisen endgültig am Ort der Speisenausgabe gekennzeichnet sind.

apetito
catering