

Heinrich Böll Gesamtschule Monat November 2020



		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.11.-06.11.2020 KW 45	Stammessen	Falafelbällchen aus Kirchererbsen <V> mit Tzatziki dazu Naturreis und gemischter Blattsalat mit Joghurt Kräuter Dressing	Lasagne Bolognese mit Rindfleisch <R>	Schlemmerfilet Bordelaise mit Senfsoße dazu Salzkartoffeln und Beilagensalat	Gemüse Knusperschnitzel mit Kartoffelrösti dazu Cremesoße und Karottengemüse	Cheeseburger mit Rinderhacksteak <R>, Gouda, Gurke, Tomate dazu Pommes frites
	Trend - Point	Eierpfannkuchen, Apfelmark	Pasta wahlweise mit Tomatensoße "Italia" <V> oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta wahlweise mit Soße "Balkan Art" oder Käsesoße dazu Hartkäse gerieben und Gemischter Salat	Schlemmerpfanne "Gnocchi-Spinat"	Gemüsenuggets <V> mit Kräuterkartoffeln dazu Blattsalate mit French Dressing
	Pasta - Point	Pasta mit Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Pasta wahlweise mit Vegetarische Thai-Bolognese <V> oder Soße "Gärtnerin Art" dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Tortellini mit Ricotta-Füllung mit Tomatensoße "Italia" <V> 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
09.11.-13.11.2020 KW 46	Stammessen	Seelachs in Tempurateig gebacken mit Senfsoße dazu Langkornreis und Beilagensalat	Vegetarisches Chili <V> mit Naturreis	Fladenbrot mit Falafelbällchen aus Kichererbsen <V> und Kräuterquark	Hähnchenbrustfilet-Piccata, Spaghetti dazu Tomaten-Mozzarella-Soße <V> und Eisbergsalat mit Joghurtdressing	Fit Pizza Margherita Spezial mit Beilagensalat
	Trend - Point	Tortellini in milder Käsesoße <V> mit Beilagensalat	Geflügelbällchen in Tomaten-Käsesoße <G> und bunte Fusilli dazu Eisbergsalat	Sesam- Karottensticks mit Stampfkartoffeln dazu Kohlrabigemüse in Soße	Kartoffelrösti überbacken mit Mais, Erbsen,Paprika Gemüse und Gouda	Chicken Nuggets dazu Bunter Gemüsereis und Mandarinen-Eisbergsalat
	Pasta - Point	Penne-Nudeln wahlweise mit Käsesoße "Carbonara Art " mit Putenformschinken oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Pasta wahlweise mit Käsesoße oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta wahlweise mit Rinderbolognese <R> oder Tomatensoße "Italia" <V> 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
16.11.-20.11.2020 KW 47	Stammessen	Hähnchenbrustfilet gebraten mit Geflügelrahmsoße dazu Langkornreis und Beilagensalat	Rinderfrikadelle mit Petersilienkartoffeln dazu Cremesoße und Eisbergsalat mit Joghurtdressing	Vegetarische Thai-Bolognese <V> mit Penne-Nudeln dazu Erbsen	Alaska-Seelachsfilet in Knusperpanade mit Kartoffelpüree dazu Rahmspinat	Kartoffel-Gemüse-Gratin <V>
	Trend - Point	Erbsensuppe < S > mit Mehrkornbrötchen	Gemüsenuggets <V> mit Pommes frites dazu Beilagensalat, Tomatenketchup, Mayonnaise	Brokkoli Rösti <V>, Stampfkartoffeln, Kohlrabigemüse in Soße	Blaubeerpfannkuchen <V> mit Soße mit Vanillegeschmack	Vegetarischer Makkaroniauflauf <V> mit Beilagensalat
	Pasta - Point	Penne wahlweise mit Käsesoße "Carbonara Art " mit Putenformschinken oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Spiralnudeln, Käsesoße, Tomatensoße "Italia" <V>, Hartkäse gerieben, Beilagensalat	Spaghetti wahlweise mit Rinderbolognese <R> oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	
	Salatteller	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Erlöse Salatbar mit Mehrkornbrötchen
	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison

23.11.-27.11.2020 KW 48	Stammessen	Hot Dog mit Geflügelwiener, Röstzwiebeln, Gurkensalat, Senf, Tomatenketchup dazu Kartoffel Wedges und Beilagensalat	Hähnchenfilets "Gärtnerin Art" in Rahmsoße <G> mit Langkornreis dazu Eisbergsalat	Herzhaftes Rindergulasch <R> mit Salzkartoffeln dazu Blumenkohl	Geflügel-Cevapcici<G> mit Langkornreis dazu Tomatensoße "Italia" <V>, Erbsen und Karotten	Alaska Seelachsfilet gefüllt mit Käse und Kräutern dazu Salzkartoffeln und Möhren in Sahnesoße
	Trend - Point	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" <V> mit Cremesoße dazu Gnocchi und Beilagensalat	Vegetarische Frühlingsrolle mit Asiatische Gemüsesoße süß-sauer dazu Naturreis	Pizzavariation (kann alle Allergene enthalten) mit Beilagensalat	Reibekuchen "Hausfrauen Art", Apfelmark	Spinat-Kartoffel-Gratin <V>
	Pasta - Point	Pasta wahlweise mit Käsesoße Carbonara Art mit Putenformschinken <G> oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Pasta Wahlweise mit Tomaten-Mozzarella-Soße <V> oder Mini-Geflügelbällchen in Rahmsoße <G> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta Wahlweise mit Bolognese aus Hähnchenfleisch <G> oder Käsesoße 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

30.11.-04.12.2020 KW 49	Stammessen	Hähnchenbrustfilet gebraten mit Geflügelrahmsoße dazu Langkornreis und Beilagensalat	Rinderfrikadelle mit Kräuterkartoffeln dazu Helle Cremesoße und Eisbergsalat mit Joghurtdressing	Veggie-Geschnetzeltes aus Soja in Soße <V> mit Penne-Nudeln dazu Erbsen	Alaska-Seelachsfilet in Knusperpanade mit Kartoffelpüree dazu Rahmspinat	Kartoffel-Gemüse-Gratin <V>
	Trend - Point	Erbsensuppe < S > mit Mehrkornbrötchen	Gemüsenugets <V> mit Pommes frites dazu Beilagensalat, Tomatenketchup, Mayonnaise	Brokkoli Rösti <V>, Stampfkartoffeln, Kohlrabigemüse in Soße	Blaubeerpfannkuchen <V> mit Soße mit Vanillegeschmack	Vegetarischer Makkaroniauflauf <V> mit Beilagensalat
	Pasta - Point	Penne wahlweise mit Käsesoße "Carbonara Art" mit Putenformschinken oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Spiralnudeln, Käsesoße, Tomatensoße "Italia" <V>, Hartkäse gerieben, Beilagensalat	Spaghetti wahlweise mit Rinderbolognese <R> oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	
	Salatteller	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	Salatteller mit Mehrkornbrötchen	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.