

Gesamtschule Heinrich Böll Monat Oktober 2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
03.10.-07.10.2022 KW 40	Stammessen	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
	Trend - Point	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
	Pasta - Point	Herbstferien		Herbstferien	Herbstferien	
	Salatteller	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
	Dessert	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
10.10.-14.10.2022 KW 41	Stammessen	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
	Trend - Point	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
	Pasta - Point	Herbstferien		Herbstferien	Herbstferien	
	Salatteller	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
	Dessert	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	
17.10.-21.10.2022 KW 42	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

17.10.- 1.10.2022	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison
24.10.-28.10.2022 KW 43	Stammessen	Rinderfrikadelle mit Kräuterkartoffeln dazu Helle Cremesoße und Eisbergsalat mit Joghurdressing	Veggie-Geschnetzeltes aus Soja in Soße <V> mit Penne-Nudeln dazu Erbsen	Alaska-Seelachsfilet in Knusperpanade mit Kartoffelpüree dazu Rahmspinat	Kartoffel-Gemüse-Gratin <V>	Hähnchenbrustfilet gebraten mit Geflügelrahmsoße dazu Langkornreis und Beilagensalat
	Trend - Point	Gemüsenuggets <V> mit Pommes frites dazu Beilagensalat, Tomatenketchup, Mayonnaise	Brokkoli Rösti <V>, Stampfkartoffeln, Kohlrabigemüse in Soße	Blaubeerpfannkuchen <V> mit Soße mit Vanillegeschmack	Vegetarischer Makkaroniaufauf <V> mit Beilagensalat	Erbsensuppe < S > mit Mehrkornbrötchen
	Pasta - Point	Spiralnudeln, Käsesoße, Tomatensoße "Italia" <V>, Hartkäse gerieben, Beilagensalat		Spaghetti wahlweise mit Rinderbolognese <R> oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Penne wahlweise mit Käsesoße "Carbonara Art " mit Putenformschinken 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
31.10.-04.11.2022 KW 44	Stammessen	Hähnchenbrustfilet-Piccata, Spaghetti dazu Tomaten-Mozzarella-Soße <V> und Eisbergsalat mit Joghurdressing	Pizzavariation (kann alle Allergene enthalten) mit Beilagensalat	Seelachs in Tempurateig gebacken mit Senfsoße dazu Langkornreis und Beilagensalat	Vegetarisches Chili <V> mit Naturreis	Fladenbrot gefüllt mit Kichererbsen Bällchen und Kräuterquark
	Trend - Point	Kartoffelrösti überbacken mit Mais, Erbsen,Paprika Gemüse und Gouda	Chicken Nuggets dazu Bunter Gemüsereis und Mandarinen-Eisbergsalat	Tortellini in milder Käsesoße <V> mit Beilagensalat	Gemüsestrudel an Cremesoße mit Salzkartoffeln	Karotten Sticks mit Stampfkartoffeln dazu Kohlrabigemüse in Soße
	Pasta - Point	Pasta wahlweise mit Rinderbolognese <R> oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Psata wahlweise mit Käsesoße oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Vollkorn Fusilli wahlweise mit Käsesoße "Carbonara Art " mit Putenformschinken 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

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