

Gesamtschule Heinrich Böll Monat März 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
27.02.-03.03.2023 KW 9	Stammessen	Rinderfrikadelle <R>, Salzkartoffeln, Bratenjus, Eisbergsalat	Vegetarische Thai-Bolognese <V> mit Penne-Nudeln dazu Erbsen	Lachs-Lasagne mit einer Spinat-Bechamel Soße und Emmentaler überbacken	Kartoffel-Gemüse-Gratin	Hähnchenbrustfilet gebraten, Salbeisoße dazu Langkornreis und Beilagensalat
	Trend - Point	Gemüsenuggets <V> mit Pommes frites dazu Beilagensalat, Tomatenketchup, Mayonnaise	Tortellini mit Ricotta Füllung und Velouté, Beilagensalat	Pfannkuchen mit Apfelfüllung <V> dazu Soße mit Vanillegeschmack	Makkaroni-Käse-Auflauf <V> mit Beilagensalat	Erbsensuppe < S > mit Mehrkornbrötchen
	Pasta - Point	Spiralnudeln, Käsesoße, Tomatensoße "Italia" <V>, Hartkäse gerieben, Beilagensalat		Spaghetti wahlweise, Bio 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	Erlöse Salatbar mit Mehrkornbrötchen	Salatteller mit Mehrkornbrötchen
	Dessert	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison	Frischobst der Saison
06.03.-10.03.2023 KW 10	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>, Salzkartoffeln dazu Blumenkohl	Geflügel-Cevapcici<G> mit Reis, Tomatensoße, Brechbohnen	Alaska Seelachsfilet gefüllt mit Käse und Kräutern, Salzkartoffeln und Möhren in Sahnesoße
	Trend - Point	Kräuter-Velouté mit Ratatouille Gemüse dazu Gnocchi und Beilagensalat	Vegetarische Frühlingsrolle, Asia Curry Gemüsemischung in Curry-Kokos-Soße dazu Langkornreis	Pizza Schnitte Margherita mit Beilagensalat	Reibekuchen "Hausfrauen Art", Apfelmarmelade	Spinat-Kartoffel-Gratin
	Pasta - Point	Pasta, Käsesoße Carbonara Art mit Putenformschinken <G>, Tomatensoße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Pasta, Schnittlauchsoße oder Mini-Geflügelbällchen in Rahmsoße <G> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta Wahlweise mit Bolognese aus Hähnchenfleisch <G>, Käsesahnesoße 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
13.03.-17.03.2023 KW 11	Stammessen	Rinderfrikadelle <R>, Bratensoße, Kräuterkartoffeln, Beilagensalat	Vegetarisches Geschnetzeltes in bunter Tomatensoße mit Paprika <V> mit Penne-Nudeln, Erbsengemüse	Alaska-Seelachsfilet, paniert <F>, Kartoffelpüree dazu Rahmspinat	Kartoffel-Gemüse-Gratin	Hähnchenbrustfilet gebraten, 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	Makkaroni-Käse-Auflauf mit Erbsen <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, Champignonsoße oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	

13.03.-17.03.2023 KW 11	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

20.03.-24.03.2023 KW 12	Stammessen	Bubespitzle mit Sauerkraut, Kräuterquark	Hähnchenbrustfilet-Piccata, Spaghetti, Paprikaschaum und Eisbergsalat mit Joghurtdressing	Pizzavariation (kann alle Allergene enthalten) mit Beilagensalat	Knuspriger Alaska Seelachsfilet, Lauchrahmsoße dazu Langkornreis und Beilagensalat	Vegetarisches Chili <V> mit Naturreis
	Trend - Point	Karotten Sticks mit Stampfkartoffeln dazu Kohlrabigemüse in Soße	Kartoffelrösti überbacken mit Mais, Erbsen,Paprika Gemüse und Gouda	Chicken Nuggets, Gemüsereis mit Mais, Kidney Bohnen, Karotten und Brechbohnen und Mandarinen-Eisbergsalat	Raviolini Formaggio, Rucola-Sahnesoße mit Beilagensalat	Gemüsestrudel an Cremesoße mit Salzkartoffeln
	Pasta - Point	Pasta, Balsamicosoße oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Psata, Frischkäsesoße oder Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Vollkorn Fusilli, Käsesoße "Carbonara" mit Putenbrustschinken <G> 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

27.03.-31.03.2023 KW 13	Stammessen	Falafelbällchen aus Kirchererbsen <V> mit Tzatziki dazu Naturreis und gemischter Blattsalat mit Joghurt Kräuter Dressing	Tomaten-Bolognese mit roten Linsen, Möhren, Zucchini und Zwiebelwürfeln <V>, Spaghetti, Rucola	Schlemmerfilet "Florentin", Salzkartoffeln und Beilagensalat	Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung, Velouté 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, Thunfisch-Gemüsesoße mit Paprika, Zucchini und Mais <F>, Käsesahnesoße dazu Hartkäse gerieben und Bunter Salat mit Eisberg, Tomate, Paprika, Mais, Joghurt-Dressing und Sonnenblumenkernen	Tortelloni mit Käsefüllung, Blattsalate mit Italian Dressing	Gemüsenuggets <V> mit Kräuterkartoffeln dazu Blattsalate mit French Dressing
	Pasta - Point	Pasta wahlweise mit Vegetarische Thai-Bolognese <V>, Pesto Rosso Sahnesoße dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat		Tortellini mit Ricotta Füllung mit Tomatensoße "Italia" <V> dazu Hartkäse gerieben und Beilagensalat	Pasta 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

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