

# Gesamtschule Hürth Monat November 2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
02.11.-06.11.2020 KW 45	<b>Stammessen</b>	Mini-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung <V> mit Käsesoße dazu Tomatensalat		Falafelbällchen aus Kirchererbsen <V>, Kräuterdip, Bulgur-Pilaw	Hühnerfrikassee <G> mit Reis	
	<b>Vegetarisch</b>	Wildreispfanne mit Ananas <V> (Langkornreis, Wildreis, Brokkoli, Paprikastreifen, Möhren Erbsen und Ananas)		2 Stk Teller-Kartoffelrösti mit Sommergemüse und Gouda geraspelt überbacken dazu Kräuterdip	Vollkorn Penne mit Vegetarische Bolognese <V> dazu Apfel-Möhrenrohkost	
	<b>Salatteller</b>	Eisbergsalat mit Radieschen und Eiern, dazu "Baked Potatoe" mit Sourcreme <V>		Salat mit gebackenem Camembert und Wildpreiselbeeren <V>	Blattsalate mit Radieschen und Kartoffeltasche <V>	
	<b>Dessert</b>	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)		Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	
09.11.-13.11.2020 KW 46	<b>Stammessen</b>	Schlemmerfilet Bordelaise mit Stampfkartoffeln dazu Paprika-Gurken-Mais-Salat		Kartoffel-Möhren-Eintopf <V> mit Vollkornbrötchen	Bio Geflügel Currywurst <G> mit Pommes frites dazu Eisbergsalat mit Joghurt Kräuter Dressing	
	<b>Vegetarisch</b>	Vegetarische Frühlingsrolle mit Asiatische Gemüsesoße süß-sauer und Naturreis		Spaghetti mit Tomatensoße-Zucchini-soße dazu Lauch-Apfel-Salat	Spätzlepfanne mit Mais, Paprika, Erbsen dazu Sauerrahmsoße mit Kräutern	
	<b>Salatteller</b>	Bunter Salatteller, Hähnchenstreifen		Hip Hop Salat bunter Blattsalatmix mit Tomaten, Gurken, roter Paprika, Croutons und Joghurdressing <V>	Wildkräuter-Spinat-Salat mit gerösteten Haselnüssen	
	<b>Dessert</b>	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)		Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	
16.11.-20.11.2020 KW 47	<b>Stammessen</b>	Grüne Bandnudeln mit Tomaten Mozzarella Soße dazu Endiviensalat		Gegrilltes Seelachsfilet dazu Sauerrahmsoße mit Kräutern und Naturreis sowie Brokkoli "Natur"	Hähnchenschnitzel paniert mit Tomatensoße dazu Vollkornnudeln und Kopfsalat mit Zitronendressing	
	<b>Vegetarisch</b>	Veggie-Geschnetzeltes aus Soja in Soße <V> mit Salzkartoffeln dazu Karotten Scheiben		Vegane Lahmacun mit Kräuterquark dazu Coleslaw	Rührei <V> mit Stampfkartoffeln dazu Rahmspinat	
	<b>Salatteller</b>	Kichererbsenbällchen <V> mit einem gemischten Blattsalat		Chefsalat mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Schinken, Käse und Brötchen<S>	Bunter Salat mit Chinakohl, Eisbergsalat, Möhrenstreifen, Mais und Kartoffelbuchstaben <V>	
	<b>Dessert</b>	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)		Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	
23.11.-27.11.2020 KW 48	<b>Stammessen</b>	Gemüse-Kartoffel-Rösti <V> an Cremesoße mit Salzkartoffeln dazu ein Beilagensalat		Tagliatelle "Spinaci" mit Lachs<F>, Chinakohlsalat	Gebratenes Hähnchenbrustfilet, Naturreis, Paprikarahmsoße, Sommergemüse	
	<b>Vegetarisch</b>	Vegetarisches Chili <V> mit Naturreis		Brokkolicremesuppe <V> mit Vollkornbrötchen	Reibekuchen "Hausfrauen Art" <V> mit Apfelmus, Möhrenrohkost	
	<b>Salatteller</b>	Salatteller mit Eichblatt, Frisee, Tomaten, Rucola, Chicorée, Calamaris und Knoblauch Dressing		Bunter Hirtensalat mit Oliven, Tomaten, Hirtenkäse und Blattsalat in Vinaigrette,	Salatteller mit Kopfsalat, Radicchio, Weintrauben, Ananas, Melone, Käse, Sonnenblumenkerne und Joghurt Dressing	

23.11.- 7.11.2021	<b>Dessert</b>	Butterkeks-Milchpudding oder Frischobst der Saison		Frischobst derSaison	Apfelquark mit Walnüssen	
30.11.-04.12.2020 KW 49	<b>Stammessen</b>	Hühnerfrikassee <G> mit Reis		Mini-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung <V> mit Käsesoße dazu Tomatensalat	Falafelbällchen aus Kirchererbsen <V>, Kräuterdip, Bulgur-Pilaw	
	<b>Vegetarisch</b>	Vollkorn Penne mit Vegetarische Bolognese <V> dazu Apfel-Möhrenrohkost		Wildreispfanne mit Ananas <V> (Langkornreis, Wildreis, Brokkoli, Paprikastreifen, Möhren Erbsen und Ananas)	2 Stk Teller-Kartoffelrösti mit Sommergemüse und Gouda geraspelt überbacken dazu Kräuterdip	
	<b>Salatteller</b>	Blattsalate mit Radieschen und Kartoffeltasche <V>		Eisbergsalat mit Radieschen und Eiern, dazu "Baked Potatoe" mit Sourcreme <V>	Salat mit gebackenem Camembert und Wildpreiselbeeren <V>	
	<b>Dessert</b>	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)		Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	Dessertvariation oder Frischobst der Saison (kann alle Allergene enthalten)	



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