


Speiseplan Kopernikusgymnasium Dezember 2017

		Menü A	Menü B	Menü C	Menü D
04.12.-08.12.2017	Montag	Rinderfrikadelle (a,c), Bratensoße [R](i,i), Kartoffeln , Porreegemüse in cremiger Soße (a,g)	Frühlingsrolle vegetarisch (a,c,g,i), Asiatische Gemüesoße "süß-sauer", Langkornreis	Fladenbrot (a,k), Hähnchendöner, Kebapsauce weiß mit Kräuter (c,g,i), Krautsalat [3]	Lachsfilet (d), Dillrahmsoße (a,g,i), Kartoffeln , Brokkoli "naturell"
	Mittwoch	Zwiebel-Sahne-Hähnchen überbacken mit Emmentaler-Käse (a,g), Röstkartoffeln	Hamburger "Vital" (a,k), Veggie-Burger (aus Kichererbsen und rote Beete) (j), Dip-Barbecue, Pommes "Welle"	geschn. Geflügelbratwurst in milder Curry-Tomatensoße (j), Pommes frites, Mayonnaise (c,j,f)	Schweinefleisch in Asiasoße, Gemüse (a,f), Duftreis
	Donnerstag	Cevapcici [R] (c,f), Ajvar, Naturreis, Tomaten	Zucchini gefüllt mit Ratatoui (g), Käsesoße (a,g,i)	Fit Pizza Salami-Paprika [R](a,g)	Hühnerfrikassee mit Gemüse (a,g,i), Naturreis
11.12.-15.12.2017	Montag	Rindergulasch, Bratensoße [R](i,i), Kartoffeln , Buttergemüse (g)	veg. Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße (a,c), bunter Salat vom Büffet	Hirtenrolle aus Hackfleisch [S](a,c,f,g), Twisters, bunter Salat vom Büffet	veg. Kartoffel-Karottenecke mit Knusperpanade (a,g), Naturreis, Tomatenkräutersoße (i), bunter Salat vom Büffet
	Mittwoch	Schlemmerfilet ´a la francaise vom Seelachs (a,d), Stampfkartoffeln (g), Möhren in Sahnesoße (a,g)	Kreolische Wildreispfanne mit Ananas und Mangowürfel, Gemüse (g)	Käsesoße (a,g,i), Vorderschinken [2,3,8], Maccheroni (a), bunter Salat vom Büffet	Linsensuppe (veg.) (i), Vollkornbrötchen (a,e,h)
	Donnerstag	veg. pan. Gemüseuggets (a,c,g,i,k), Langkornreis, Soße "Gärtnerin" mit Gemüse und Sauerrahm (g,i) , bunter Salat vom Büffet	veg. Reibekuchen "Hausfrauen Art" (a,c), Apfelmarmelade	Schweinelachsschnitzel paniert (a), Soße "Balkan Art" (Tomatensoße, Paprika, Essiggurke) (a,j), Spätzle (a), bunter Salat vom Büffet	"Fresh kick" Hähnchenhappen in feiner Joghurtsauerrahmsoße, Kräuter (a,g), Vollkorn-Spiralen (a), bunter Salat vom Büffet
18.12.-22.12.2017	Montag	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhackfleisch (a,g), Mehrkornbrötchen (a,k), Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)	veg. Lasagne mit Gemüse in Tomatensoße(a,c,g), bunter Salat vom Büffet	Hamburger Brötchen Sesam (a,k), Rinderhacksteak (a,c), Pommes frites, Salat, Ketchup (i)/Mayo (g,i)	Fischpfanne "Neptun" (Alaska Seelachsstreifen, Gemüse, Rahmsoße)(a,d,g,i), Kartoffeln , bunter Salat vom Büffet
	Mittwoch	Feine Bratwurst [S,3], Kartoffelpüree (g), Kohlrabigemüse in Soße (g)	Herzhafter Pfannkuchen "Spinat-Käse" (a,c,g), bunter Salat vom Büffet	Streetfoodgemüsepfanne (a,k), Fladenbrot türkische Art (a,k), Obst aus dem Obstkorb	Hähnchen "Tandoori" in Paprikasoße (a,g,i), Naturreis, bunter Salat vom Büffet, Obst aus dem Obstkorb
	Donnerstag	Seelachs "Mediterran" mit Grilloptik (d,f), Langkornreis, gegrilltes Gemüse "Mediterran", Fruchtquark Heidelbeere [10](g)	Rösti Schweizer Art, Kaisergemüse, Sauce à la Hollandaise (a,g,i), bunter Salat vom Büffet	Lahmacun [R,1](a,f), Tzatziki [2,9](c,g), Krautsalat [3]	Paprikaschote gelb gefüllt mit Couscous (a), Tomatenkräutersoße (i), bunter Salat vom Büffet



25.12.-29.12.2017	Montag	Wir wünschen allen tolle Weihnachten und für 2018 alles Gute			
	Mittwoch				
	Donnerstag				

Zusatzstoffe und Allergenen laut separatem Aushang. Hinweis: [R] mit Rindfleisch; [S] mit Schweinefleisch; [G] mit Geflügelfleisch Änderungen vorbehalten