

## Speiseplan Kopernikusgymnasium November 2017



		Menü A	Menü B	Menü C	Menü D
06.11.-10.11.2017	Montag	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhackfleisch (a,g), Mehrkornbrötchen (a,k)	veg. Lasagne mit Gemüse in Tomatensoße(a,c,g), bunter Salat vom Büffet, Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)	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]	Gefüllte Paprikaschote gelb (a), Tomatenkräutersoße (i), bunter Salat vom Büffet
13.11.-17.11.2017	Montag	Chicken "Korma" Hähnchenbrusthappen in scharfer Currysoße (g,i), Langkornreis , Pudding mit Sahne Haselnuss-Geschmack (g)	Pfannkuchen mit Blaubeeren (a,c,g), Dessert-Sauce Vanille-Geschmack (c,g) , Pudding mit Sahne Haselnuss-Geschmack (g)	Fitpizza Margherita (a,g,i) , Pudding mit Sahne Haselnuss-Geschmack (g)	Mini-Geflügelbällchen in Rahmsoße (a,g,i), Vollkorn-Spiralen (a), Pudding mit Sahne Haselnuss-Geschmack (g), bunter Salat vom Büffet
	Mittwoch	Geflügelfrikadelle (a), Gemüse-Curry-Reis (j), Obst	veg. Kartoffel-Karottenecke mit Knusperpanade (a,g), buntes Gartengemüse, Tomatenkräutersoße (i), Obst	Spaghetti (a), Bolognese aus Hähnchenfleisch (a,i) , Obst	veg. Reibekuchen "Hausfrauen Art" (a,c), Apfelmarmelade, bunter Salat vom Büffet, Obst
	Donnerstag	"Gärtnerin Art" Hähnchen in Gemüserahmsoße (a,g,i), Penne Rigate (a), Pudding mit Sahne Erdbeer-Vanille [1](g)	Vegetarisches Chili mit Gemüse (a), Mehrkornbrötchen (a,k), Pudding mit Sahne Erdbeer-Vanille [1](g)	<b>Aktionstag Street Food</b> Hot Dog mit Steakhouse Frites (a,i,j), Pudding mit Sahne Erdbeer-Vanille [1](g)	Alaska Seelachs mit würziger Blattspinatauflage (d,g), Bunter Gemüsereis, Senfsoße (a,g,i,j), bunter Salat vom Büffet
20.11.-24.11.2017	Montag	<b>Aktionstag Street Food</b> Wedges Caesar Style mit Rucola, Chicken, Grana Padano und Tomaten (c,g)[2], Obst	Vegetarische Moussaka mit Soja (a,f,g,i), bunter Salat vom Büffet, Obst	Baked Potato, Speck&Zwiebel Topping, Tzatziki [1](g,j), bunter Salat vom Büffet, Obst	Veg. Bolognese (a,i), Vollkorn-Pennennudeln (a), Tomatenkräutersoße (i), Obst
	Mittwoch	Schweinelachsschnitzel paniert (a), Pilzragout nach "Jäger Art" mit Kräutern und Sahne (a,g,i), Country-Wedges, Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)	veg. Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße (a,c), bunter Salat vom Büffet, Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)	Fladenbrot (a,k), Hähnchendöner, Kebapsauce weiß mit Kräuter (c,g,j), Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)	Rinderfrikadelle (a,c), Kartoffeln , Möhren in Sahnesoße (a,g), Eisbecher Erdbeer-Vanille [1](g)
	Donnerstag	Hähnchengeschnetzeltes in Currysahnesoße mit Früchten (a,g,i,j), Langkornreis, Fruchtjoghurt Erdbeer (g)	<b>Aktionstag Street Food</b> Dreierlei gebackene Gemüse-Medaillons, dazu Sourcream und bunter Salat (a,c,g), Fruchtjoghurt Erdbeer (g)	geschn. Geflügelbratwurst in milder Curry-Tomatensoße (j), Pommes frites, Fruchtjoghurt Erdbeer (g)	Rinderfrikadelle "Griechische Art" (Gemüse, Weichkäse) (a,c,g), Reis-Wildreismischung mit Gemüse, Fruchtjoghurt Erdbeer (g)



27.11.-01.12.2017	Montag	Chicken "Korma" Hähnchenbrusthappen in scharfer Currysoße (g,i), Basmatireis, bunter Salat vom Büffet	Kürbis-Kokos-Suppe mit Quinoa nach "Thai-Art" (a,f,g,i), Baguettebrötchen (a)	Fischhappen im Backteig aus Alaska Seelachs (a,d,g,i), Steakhouse Frites, Remoulade [1](g,i)	Bolognese aus Hühnerfleisch (a,i), Vollkorn-Spiralen (g), bunter Salat vom Büffet
	Mittwoch	Schweinelachsschnitzel paniert (a), Pilzragout nach "Jäger Art" mit Kräutern und Sahne (a,g,i), Bratkartoffeln mit Speck [S](g)	veg. Tortelloni-Gratin in Gouda-, Cheddar-, Pecorinosoße, Gemüse, (a,c,g,i)	Chicken Wings, Salcasoße, Knusprige Rösti Sticks aus Kartoffeln	Hähnchenbrustfilet, Reis-Wildreismischung mit Gemüse, Markerbsen mittelfein
	Donnerstag	Bratwurstschnecke [S,8](j), Stampfkartoffeln (g), Sauerkraut, Senf mittelscharf (j)	Falafel (Kichererbsenbällchen) (j), Couscous mit buntem Gemüse (a), Kräuterquark (g)	Bami Goreng mit Huhnfleisch (a,c,f,i)	Rindergeschnetzeltes in Bratensoße (j), Kartoffeln , Fingermöhren

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