

585701 Kopernikusgymnasium Rheine Monat Mai 2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
29.04.-03.05.2024 KW 18	Voll gut drauf	Geflügelbratwürstchen <G> mit Curry-Tomaten-Soße, Pommes frites, Beilagensalat, Erdbeerjoghurt	Feiertag	Hähnchenbruststreifen, Sauerrahmsoße mit Kräutern, Langkornreis, Salatbar (c,g,j), Erdbeerjoghurt	
	Veggi Power	Vegetarische Frühlingsrolle <V>, Asiatische Gemüsesoße süß-sauer, Langkornreis, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Feiertag	Erbsensuppe vegetarisch, Mehrkornbrötchen, Salatbar (c,g,j), Erdbeerjoghurt	
	Voll-trendig	Gemüsefrikadelle, Soße "Gärtnerin Art", Langkornreis, Sommergemüse, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Feiertag	Vegetarische Bolognese <V>, Vollkorn Fusilli, Salatbar (c,g,j), Erdbeerjoghurt	
	Voll-wertig	Tortellini Ricotta-Spinat <V>, Tomaten-Mozzarella-Soße <V>, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Feiertag	Hähnchenbrustfilet Natur <G>, Langkornreis, Paprikarahmsoße, Kohlrabi, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Heute kein Essen
06.05.-10.05.2024 KW 19	Voll gut drauf	Maccheroni, Carbonarasoße mit Putenstreifen <G>, Salatbar (c,g,j), Schokopudding	Rinderhacksteak <R>, Bratensoße < R>, Salzkartoffeln, Kaisergemüse, Salatbar (c, g, j), Schokopudding	Seelachsfilet in Knusperpanade <F>, Stampfkartoffeln, Kaisergemüse, Salatbar (c,g,j), Quarkdessert Heidelbeere	
	Veggi Power	Eieromelette, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Vegetarische Linsensuppe <V>, Mehrkornbrötchen, Salatbar (c,g,j), Schokopudding	Reibekuchen <V>, Apfelmus, Salatbar (c,g,j), Quarkdessert Heidelbeere	
	Voll-trendig	Schweineschnitzel paniert, Braune Rahmsoße, Salzkartoffeln, Leipziger Allerlei, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Hähnchenbrustschnitzel, natur <G>, Soße "Gärtnerin Art", Langkornreis, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Mini-Karotten-Ecke <V>, Tomatensoße "Italia" <V>, Naturreis, Salatbar (c,g,j), Quarkdessert Heidelbeere	
	Voll-wertig	Frikadelle vom Schwein <S>, Pommes frites, Erbsen und Karotten, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Tomatensuppe mit Reis <V>, Mehrkornbrötchen, Salatbar (c,g,j), Schokopudding	Hähnchenfleisch in Tomatensoße <G>, Vollkorn Spiralnudeln, Kaisergemüse, Salatbar (c,g,j), Quarkdessert Heidelbeere	
13.05.-17.05.2024 KW 20	Voll gut drauf	Kibbelinge aus Alaska-Seelachs in einer Petersilienpanade <F>, Salzkartoffeln, Remoulade, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Schweineschnitzel paniert <S>, Pommes frites, Tomaten-Paprikasoße, Salatbar (c,g,j), Milchreis	Thüringer Rostbratwurst, Stampfkartoffeln, Sauerkraut ohne Speck, Salatbar (c,g,j), Vanillepudding	
	Veggi Power	Fit Pizza Margherita, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Raviolini Verdura mit Spinat und Karottenfüllung, Helle Cremesoße, Salatbar (c,g,j), Milchreis	Gemüsefrikadelle, Langkornreis, Asiatische Gemüsesoße süß-sauer, Salatbar (c,g,j), Vanillepudding	
	Voll-trendig	Gnocchi-Pfanne mit Blattspinat und Tomate und geriebenem Hartkäse, <V>, Salatbar (c,g,j), Milchreis	Chicken Nuggets, Pommes frites, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Chicken Wings , gebackene Kartoffelspalten, Salsa-Soße, Salatbar (c,g,j), Vanillepudding	
	Voll-wertig	Vollkorn Spiralnudeln, Bolognese aus Hähnchenfleisch <G>, Salatbar (c,g,j), frisches Obst	Hähnchenbrustfilet Natur <G>, Naturreis, Erbsen, Salatbar (c,g,j), Milchreis	Putengeschnitzeltes " Gyros Art ", Pita Brotaschen, Tzatziki, Salatbar (c,g,j), Vanillepudding	
20.05.-24.05.2024 KW 21	Voll gut drauf	Feiertag	Fusili-Nudel, Käsesoße Carbonara Art mit Putenformschinken <G>, Salatbar (c,g,j), Joghurt Kirsche	Bratwurst vom Schwein <S>, Kartoffelpüree, Leipziger Allerlei, Salatbar (c,g,j), Schokopudding	

20.05.-24.05.2024 KW 21	Veggi Power	Feiertag		Vegetarischer Makkaroniauffauf <V>, Salatbar (c,g,i), Joghurt Kirsche	Penne-Nudeln, Tomatensoße "Italia" <V>, Salatbar (c,g,i), Schokopudding	
	Voll-trendig	Feiertag		Zwiebel-Sahne-Hähnchen überbacken mit Emmentaler-Käse <G>, Kartoffelkroketten, Salatbar (c,g,i), Joghurt Kirsche	Fit Pizza Margherita, Salatbar (c,g,i), Schokopudding	
	Voll-wertig	Feiertag		Bunte Naturreispfanne mit Gemüse <V>, Kräutersoße, Salatbar (c,g,i), Joghurt Kirsch	Hähnchenfleisch in Tomatensoße <G>, Vollkorn Fusilli, Salatbar (c,g,i), Schokopudding	

27.05.-31.05.2024 KW 22	Voll gut drauf	Geflügelbratwürstchen <G> mit Curry-Tomaten-Soße, Pommes frites, Beilagensalat, Eisbecher Erdbeer Vanille		Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren <R>, Kartoffelkroketten, Salatbar (c,g,i), frisches Obst	Alaska-Seelachsfilet, paniert <F>, Langkornreis, Senfsoße, Salatbar (c,g,i), Buttermilchdessert Heidelbeere	
	Veggi Power	Italienische Gemüse Lasagne <V>, Salatbar (c,g,i), Eisbecher Erdbeer Vanille		Kartoffelrösti, Kaisergemüse aus Karotten, Blumenkohl und Brokkoli, Soße Hollandaise, Salatbar (c,g,i), frisches Obst	Blaubeerpfannkuchen <V>, Vanillesoße, Salatbar (c,g,i), Buttermilchdessert Heidelbeere	
	Voll-trendig	Hamburgerbrötchen mit Sesam, Gebratene Geflügelfrikadelle, Tomatenketchup, Pommes frites, Salatbar (c,g,i), Eisbecher Erdbeer Vanille		Grüne Bohnen-Eintopf mit Rindfleisch <R>, Mehrkornbrötchen, Salatbar (c,g,i), frisches Obst	Lahmacun <R>, Tzatziki, Krautsalat, Buttermilchdessert Heidelbeere	
	Voll-wertig	Alaska Seelachsfilet gefüllt mit Käse und Kräutern, Salzkartoffeln, Blumenkohlröschen, Remoulade, Salatbar (c,g,i), Eisbecher Erdbeer Vanille		Vollkorn Dinkel Fusilli, Tomaten-Mozzarella-Soße, Salatbar (c,g,i), frisches Obst	Vegetarische Moussaka <V>, Salatbar (c,g,i), Buttermilchdessert Heidelbeere	

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