

## Grundschulen Recklinghausen Monat Oktober 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
02.10.-06.10.2023 KW 40	<b>Tagesgericht GS</b>	Milchreis <V>, Sauerkirschen	Geflügelfrikadelle, Geflügelrahmsoße, Karotten-Maissalat, Salzkartoffeln	Fisch Variation, Salzkartoffeln, Gemüsesoße	Nudelaufwurf "Italia" mit Hähnchenbruststreifen, -, <V>, Gurkensalat	Rindfleischbällchen in Tomatensoße <R>, Spiralnudeln, Buntes Gemüse
	<b>Vegetarisch GS</b>	Farfalle tricolore, Tomatensoße " Italia", Rohkost	Bunter Spitzkohl-Gemüseintopf <V>, Bäckerschrippe	Reibekuchen "Hausfrauen Art" <V>, Apfelmus	Spinat-Kartoffel-Gratin <V>	Kaiserschmarrn ohne Rosinen <V>, Vanillesoße
	<b>Dessert GS</b>	Sahnepudding Karamel	Berliner gefüllt	Obst	Grießpudding	Obst
	<b>Laktose freie Menüschen</b>	Laktose freie Menüschen mit ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen mit ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen mit ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen mit ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen mit ärztlicher Kostverordnung
09.10.-13.10.2023 KW 41	<b>Tagesgericht GS</b>	Hähnchenfilets "Gärtnerin Art" in Rahmsoße <G>, Kartoffelpüree	Hähnchen-Döner, Fladenbrot, Kräuterquark, Rohkost gewürfelt	Mini-Geflügelbällchen in Tomatensoße <G>, Makkaroni, Leipziger Allerlei	Hähnchenbrustschnitzel <G> mit Karotten in Tomatensoße <V>, Langkornreis	Fisch Nuggets <F>, Dillrahmsoße, Salzkartoffeln, Eisbergsalat mit Joghurdressing
	<b>Vegetarisch GS</b>	Spiralnudeln, Vegetarische Bolognese <V> dazu Salat mit Dressing	Herzhafter Pfannkuchen mit Spinat und Käse gefüllt <V>, Salat mit Dressing	Mini-Karotten-Ecke, mit Knusperpanade mit Salzkartoffeln dazu helle Cremesoße	Vollkorn Penne mit Tomatensoße "Italia" <V> dazu Salat mit Dressing	Pizza Schnitte Margherita dazu Salat mit Dressing
	<b>Dessert GS</b>	Yo-Fruit Vanille	Obst	Fruchtjoghurt Waldfrucht	Schoko-Milchpudding	Obst
	<b>Laktose freie Menüschen</b>	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung
16.10.-20.10.2023 KW 42	<b>Tagesgericht GS</b>	Geflügel-Currywurst, Pommes frites, Mayonnaise, Salat mit Dressing	Vollkorn-Spiralnudeln, Käsesoße und Salat mit Dressing	Hamburger mit Rinderhacksteak <R>, Gurken/Tomaten, Tomatenketchup, Röstzwiebeln dazu Steakhouse Frites	Gnocchi, Soße "Gärtnerin Art", Salat mit Gurke und Tomate	Fischfrikadelle, Stampfkartoffeln, Rahmspinat
	<b>Vegetarisch GS</b>	Brokkoli Rösti <V>, Kräuterquark, Salzkartoffeln, Eisbergsalat mit Joghurdressing	Vegetarische Linsensuppe <V>, Mehrkornbrötchen	Veggie Burger mit, Gemüse-Burger aus Karotten, Spinat in einer Cornflakespanade <V>, Gurken-Tomatensalat, Tomatenketchup, Röstzwiebeln dazu Steakhouse Frites	vegetarische Filetstückchen <V> in Tomatenkräutersoße <V> dazu Langkornreis	Pfannkuchen, Natur <V> mit Apfelmus
	<b>Dessert GS</b>	Butterkeks-Milchpudding	Obst	Grießpudding	Schoko-Milchpudding	Obst
	<b>Laktose freie Menüschen</b>	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung

23.10.-27.10.2023 KW 43	<b>Tagesgericht GS</b>	Nudel-Brokkoli-Auflauf <V>	Geflügel Cevapcici <G>, Kroketten, Weißkohlsalat, Tomatenketchup	Geflügelbällchen in Rahmsoße <G> mit Kartoffelklöße dazu Apfelrotkohl	Apfelpfannkuchen <V>, Vanillesoße	Gebrautes Hokifilet <F>, Hausgemachtes Kartoffelgratin, Salat mit Dressing
	<b>Vegetarisch GS</b>	Gemüsenuggets <V>, Tomatensoße "Italia" <V>, Kartoffel-Buchstaben, Weißkrautsalat	Frühlingsrolle "mini" <V>, Asiatische Gemüsesoße süß-sauer, Langkornreis	Blumenkohl-Kartoffelrösti <V>, Helle Cremesoße, Bunter Gemüsereis	Pizza Schnitte Margherita mit Rohkost Sticks	Gemüse Knusperbagel aus Blumenkohl, Erbsen, Karotten und Broccoli <V> mit Kräuterquark, Rohkost, Salzkartoffeln
	<b>Dessert GS</b>	Pfirsich-Maracuja-Joghurt	Obst	Nuss-Nougat Pudding	Obst	Vanilla-Milchpudding
	<b>Laktose freie Menüschen</b>	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung	Laktose freie Menüschen nach ärztlicher Kostverordnung

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

## Grundschulen Recklinghausen Monat November 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
30.10.-03.11.2023 KW 44	<b>Tagesgericht GS</b>	Rührei <V>, Stampfkartoffeln dazu Rahmspinat	Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren <R>, Spiralnudeln, Gurkensticks	Feiertag	Chicken Nuggets <G>, Steakhouse Frites, Tomatenketchup, Salat mit Dressing	Vegetarisches Schnitzel, paniert <V>, Gnocchi, Käsesoße
	<b>Vegetarisch GS</b>	Knusper-Dino <V>, Langkornreis, Braune Rahmssoße	Kartoffel-Gemüse-Gratin<V> mit Rohkost Sticks	Feiertag	Brokkoli Nuggets mit Käsefüllung <V> mit Tomatensoße "Italia" <V> dazu Langkornreis und Eisbergsalat mit Joghurdressing	Gemüsesuppe mit Muschelnudeln <V> mit Mehrkornbrötchen
	<b>Dessert GS</b>	Pfirsich-Maracuja-Joghurt	Obst	Feiertag	Fruchtjoghurt Banane	Obst
06.11.-10.11.2023 KW 45	<b>Tagesgericht GS</b>	Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit helle Cremesoße dazu Salzkartoffeln und Fingermöhren naturell	Spinat-Sticks im Eimantel <V>, Cremesoße à la Hollandaise, Reis, Salat mit Dressing	Geflügelfrikadelle <G>, Kartoffelpüree, Sauerkraut ohne Speck	Fischburger <F> mit Remoulade und Tomatenketchup und Salat dazu Wedges	Hühnerfrikassee "Frühlings Art" <G> mit Naturreis dazu Salat mit Dressing
	<b>Vegetarisch GS</b>	Raviolini Formaggio in Tomatensoße "Italia" <V> dazu Salate mit Dressing	Ofenkartoffel, Kräuterquark, Rohkost	Kartoffel-Möhren-Eintopf <V>, Mehrkornbrötchen	Reisnudel-Gemüse-Pfanne <V >	Polenta-Spinat-Tasche <V> dazu braune Rahmssoße, Pariser Karotten und Salzkartoffeln
	<b>Dessert GS</b>	Joghurt Erdbeer	Obst	Butterkeks-Milchpudding	Yo-Fruit Vanille	Obst
13.11.-17.11.2023 KW 46	<b>Tagesgericht GS</b>	Milchreis <V>, Sauerkirschen	Geflügelfrikadelle, Geflügelrahmssoße, Karotten-Maissalat, Salzkartoffeln	Fisch Variation, Salzkartoffeln, Gemüsesoße	Nudelaufwurf "Italia" mit Hähnchenbruststreifen, -, <V>, Gurkensalat	Rindfleischbällchen in Tomatensoße <R>, Spiralnudeln, Buntes Gemüse
	<b>Vegetarisch GS</b>	Farfalle tricolore, Tomatensoße "Italia", Rohkost	Bunter Spitzkohl-Gemüseeintopf <V>, Bäckerschrippe	Reibekuchen "Hausfrauen Art" <V>, Apfelmus	Spinat-Kartoffel-Gratin <V>	Kaiserschmarrn ohne Rosinen <V>, Vanillesoße
	<b>Dessert GS</b>	Sahnepudding Karamel	Berliner gefüllt	Obst	Grießpudding	Obst
20.11.-24.11.2023 KW 47	<b>Tagesgericht GS</b>	Hähnchenfilets "Gärtnerin Art" in Rahmssoße <G>, Kartoffelpüree	Hähnchen-Döner, Fladenbrot, Kräuterquark, Rohkost gewürfelt	Mini-Geflügelbällchen in Tomatensoße <G>, Makkaroni, Leipziger Allerlei	Hähnchenbrustschnitzel <G> mit Karotten in Tomatensoße <V>, Langkornreis	Fisch Nuggets <F>, Dillrahmssoße, Salzkartoffeln, Eisbergsalat mit Joghurdressing
	<b>Vegetarisch GS</b>	Spiralnudeln, Vegetarische Bolognese <V> dazu Salat mit Dressing	Herzhafter Pfannkuchen mit Spinat und Käse gefüllt <V>, Salat mit Dressing	Mini-Karotten-Ecke, mit Knusperpanade mit Salzkartoffeln dazu helle Cremesoße	Vollkorn Penne mit Tomatensoße "Italia" <V> dazu Salat mit Dressing	Pizza Schnitte Margherita dazu Salat mit Dressing
	<b>Dessert GS</b>	Yo-Fruit Vanille	Obst	Fruchtjoghurt Waldfrucht	Schoko-Milchpudding	Obst

27.11.-01.12.2023 KW 48	<b>Tagesgericht GS</b>	Geflügel-Currywurst, Pommes frites, Mayonnaise, Salat mit Dressing	Vollkorn-Spiralnudeln, Käsesoße und Salat mit Dressing	Hamburger mit Rinderhacksteak <R>, Gurken/Tomaten, Tomatenketchup, Röstzwiebeln dazu Steakhouse Frites	Gnocchi, Soße "Gärtnerin Art", Salat mit Gurke und Tomate	Fischfrikadelle, Stampfkartoffeln, Rahmspinat
	<b>Vegetarisch GS</b>	Brokkoli Rösti <V>, Kräuterquark, Salzkartoffeln, Eisbergsalat mit Joghurtdressing	Vegetarische Linsensuppe <V>, Mehrkornbrötchen	Veggie Burger mit, Gemüse-Burger aus Karotten, Spinat in einer Cornflakespanade <V>, Gurken-Tomatensalat, Tomatenketchup, Röstzwiebeln dazu Steakhouse Frites	vegetarische Filetstückchen <V> in Tomatenkräutersoße <V> dazu Langkornreis	Pfannkuchen, Natur <V> mit Apfelmus
	<b>Dessert GS</b>	Butterkeks-Milchpudding	Obst	Grießpudding	Schoko-Milchpudding	Obst

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