

Heinrich Heine Oberschule Monat Mai 2025

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | |
|----------------------------|---------------------------|--|---|---|---|--|
| 28.04.-02.05.2025 KW 18 | Büffet-Komponenten | Vollkorn-Penne, Champignonsoße, Beilagensalat, frisches Obst | Gebratenes Seelachsfilet <F>, Salzkartoffeln, Schnittlauchsoße, Brokkoli, Salatbar, Naturjoghurt mit Banane | Ferientag | Feiertag | Ferientag |
| | Büffet-Komponenten | Gemüsepuffer aus Porree, Karotten und Pastinaken <V> auf Kartoffelpüree dazu Möhrensoße, Salatbar, frisches Obst | Vegetarische Tortellini mit Käsefüllung, Tomatensoße, Salatbar, Naturjoghurt mit Banane | Ferientag | Feiertag | Ferientag |
| 05.05.-09.05.2025 KW 19 | Büffet-Komponenten | Pizza Margarita <V>, Salatbar, Waldfruchtquark | Wildlachswürfel <F> auf Bandnudeln dazu Käsesoße, Salatbar, Frischobst der Saison | Geflügelfrikadelle <G>, Wellenschnittpommes, Tomatenketchup, Mayonnaise, Salatbar, Eisbecher Duo Vanille Schokolade | Vollkorn-Spaghetti, Käsesoße "Carbonara" mit Putenbrustschinken <G>, Salatbar, Karamellpudding | Kartoffelpuffer <V>, Apfelkompott, Salatbar, Frischobst der Saison |
| | Büffet-Komponenten | Gemüsebratling <V>, Brokkoli, Karotten-Frischkäsesoße dazu Kartoffeln, Salatbar, Waldfruchtquark | Backkartoffeln, Kräuterquarkdip, Ratatouille aus Tomaten, Auberginen, Zucchini und Paprika, Salatbar, Frischobst der Saison | Moussaka <V> dazu Béchamelsoße, Salatbar, Eisbecher Duo Vanille Schokolade | Vegetarische Kohlroulade <V>, Rahmsoße und Kartoffeln, Salatbar, Karamellpudding | Tomatensuppe, Roggenbrötchen, Salatbar, Frischobst der Saison |
| 12.05.-16.05.2025 KW 20 | Büffet-Komponenten | Alaska-Seelachs im Backteig <F>, Erbsen und Kartoffelpüree, Salatbar, Frischobst der Saison | Minestrone, Gemüsesuppe mit Tomaten und Vollkornnudeln <V>, Salatbar, Kirsch-Quark | Lasagne mit Rindfleisch Bolognese <R>, Salatbar, Zimtmilchreis | Falafelbällchen <V> auf Blumenkohlcurry dazu Naturreis, Salatbar, Schokoladenpudding | "Nasi Goreng" mit Vollkornreis, Erbsen, Sojasprossen und Karotten <V>, Salatbar, Frischobst der Saison |
| | Büffet-Komponenten | Kartoffel-Möhren-Eintopf <V>, Roggenbrötchen, Salatbar, Frischobst der Saison | Gemüse-Käse-Frikadelle <V> auf Ragout aus Zucchini und Möhren, Vollkorn-Spiralnudeln, Kartoffeln, Salatbar, Kirsch-Quark | Bauernfrühstück aus Röstkartoffeln, Zwiebeln und Ei <V> mit Gewürzgerken, Salatbar, Zimtmilchreis | Schupfnudeln in Kürbiscreme <V>, Salatbar, Schokoladenpudding | Kartoffelsuppe <V>, Salatbar, Kaiserbrötchen, Frischobst der Saison |
| 19.05.-23.05.2025 KW 21 | Büffet-Komponenten | Wildlachswürfel <F>, Käsesoße, Bandnudeln, Salatbar, frisches Obst | Indisches Paprika-Kartoffelcurry mit Kürbiskern-Topping <V> mit Joghurt-Chilisoße, Salatbar, Naturjoghurt mit Aprikose | Hühnerfrikassee <G> mit Erbsen und Möhren dazu Langkornreis, Salatbar, Orangenquarkspeise | Gemüsebolognese mit Karotten, Sellerie und Tomaten <V>, Vollkorn Spaghetti, Salatbar, Pudding mit Vanille-Geschmack | Käse-Lauchsuppe <V> mit Vollkorn-Croutons, Salatbar, frisches Obst |
| | Büffet-Komponenten | Blumenkohl überbacken <V> mit Béchamelsoße und Kartoffeln, Salatbar, frisches Obst | Käsesoße "Carbonara Art" mit Möhrenwürfel und Kichererbsen <V> auf Vollkorn-Spiralnudeln, Salatbar, Naturjoghurt mit Aprikose | Vegetarische Hirtenpfanne mit Salzkartoffeln, Tomaten, Auberginen, Zucchini, Paprika und Balkankäse <V>, Salatbar, Orangenquarkspeise | Kartoffelpizza mit Tomate, Paprika und Zucchini <V>, Salatbar, Pudding mit Vanille-Geschmack | Bällchen aus Grünkern und Gemüse <V> auf Rahm-Lauch-Gemüse, Langkornreis, Salatbar, frisches Obst |
| 26.05.-30.05.2025 KW 22 | Büffet-Komponenten | Penne Rigate, Tomaten-Mozzarella-Soße <V>, Salatbar, frisches Obst | Pangasiusfilet <F>, Kartoffeln, Brokkoli, Remoulade, Salatbar, Vanillequark mit Schokostreusel | Erbseneintopf aus grünen Erbsen, Kartoffeln, Möhren, Sellerie und Porree <V> dazu ein Vollkornbrötchen, Salatbar, Karamellpudding | Feiertag | Ferientag |
| | Büffet-Komponenten | Gekochte Eier in Petersilienrahmsoße, Kartoffeln und Erbsen und Fingermöhren, Salatbar, frisches Obst | Spaghetti, Tomaten-Gemüseragout mit Zucchini und Möhren <V>, Salatbar, Vanillequark mit Schokostreusel | Gnocchi-Gemüse-Pfanne mit Tomaten, Zucchini, Paprika und Balkankäse <V>, Salatbar, Karamellpudding | Feiertag | Ferientag |

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