

Speiseplan Clemens-Brentano-Gymnasium Dülmen Monat März 2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
03.03.-07.03.2025 KW 10	Komponentenwahl	Heute kein Essen		Fischstäbchen <F>, Rahmspinat, Kartoffelstampf "hausgemacht", Dressing, frisches Obst	Hähnchenbruststreifen <G> in Paprikasoße dazu Gemüse-Reis aus Mais, Paprika und Erbsen, Salatbar, Fruchtjoghurt "Kiba" Kirsch-Banane	
	Komponentenwahl	Heute kein Essen		Mini-Geflügelbällchen <G> in Kräuter-Tomatensoße dazu Bunte Spiralnudeln, Salatbar, frisches Obst	Fischfrikadelle <F> auf Möhren in Rahm dazu hausgemachter Kartoffelstampf, Salatbar, Fruchtjoghurt "Kiba" Kirsch-Banane	
	Komponentenwahl	Heute kein Essen		"Gemüse-Köttbullar" aus Erbsen, Mais, Möhren und Grünkohl <V> auf feinen Gemüsestreifen in heller Cremesoße mit Salzkartoffeln, Salatbar, frisches Obst	Gemüsecurry aus Blumenkohl, Brokkoli, Möhren, Paprika in einer pikanten Currysoße <V> mit Naturreis, Salatbar, Fruchtjoghurt "Kiba" Kirsch-Banane	
	Menü A		Heute kein Essen			Geflügel-Currywurst <G>, Tomatenketchup und Pommes frites, Salatbeilage, frisches Obst
	Menü B		Heute kein Essen			Nudeln auf Tomaten-Bolognese mit roten Linsen, Möhren, Zucchini und Zwiebelwürfeln <V>, Salatbeilage, Apfel
10.03.-14.03.2025 KW 11	Komponentenwahl	Käsesoße Carbonara Art mit Putenformschinken <G>, Erbsen und Makkaroni, Salatbar, Quarkdessert Pfirsich-Aprikose		Hähnchenbruststreifen <G> in Asiatische Gemüsesoße mit Paprika, Ananas, Mungobohnen und Möhren dazu Naturreis, Salatbar, frisches Obst	Fischpfanne "Neptun" vom Alaska Seelachs mit Brokkoli, Möhren und Brokkoli in heller Soße <F> dazu Salzkartoffeln, Salatbar, Joghurt Erdbeere Rhabarber	
	Komponentenwahl	Geflügelfrikadelle <G> auf Champignonsoße dazu Erbsen und Karotten und Salzkartoffeln, Salatbar, Quarkdessert Pfirsich-Aprikose		Seelachsfilet im Backteig <F> mit Schnittlauchsoße, Brokkoli und Salzkartoffeln, Salatbar, frisches Obst	"Beef-Burger" mit einem Rinderhacksteak <R>, Pommes frites, Salatbar, Joghurt Erdbeere Rhabarber	
	Komponentenwahl	Tomaten-Mozzarella-Soße <V> mit Erbsen, Kurze Makkaroni, Salatbar, Quarkdessert Pfirsich-Aprikose		Vegetarische "Thai-Bolognese" aus Soja, Maiskölbchen, Blumenkohl und Paprika <V> mit Naturreis, Salatbar, frisches Obst	"Veggie"-Burger" mit einem Blumenkohlrösti <V> dazu Pommes frites, Salatbar, Joghurt Erdbeere Rhabarber	
	Menü A		Hähnchen-Gyros -Pfanne <G> mit Risi-Bisi und Tzaziki, Krautsalat, Joghurt Pfirsich-Maracuja			Hühnerfrikassee "Frühlings Art" mit Möhren, Erbsen und Champignons <G> mit Naturreis, Beilagensalat, frisches Obst
	Menü B		Brokkolirösti <V> auf Kartoffelstampf "hausgemacht", Beilagensalat, Joghurt Pfirsich-Maracuja			Tomaten-Nudelaufwurf mit Käse überbacken <V>, Beilagensalat, frisches Obst
17.03.-21.03.2025 KW 12	Komponentenwahl	Rindfleischbällchen in Tomatensoße <R> mit Erbsen und Naturreis, Salatbar, Grießpudding		Hühnerfleisch <G> in heller Cremesoße mit Leipziger Allerlei aus Möhren, Erbsen und Spargel dazu Salzkartoffeln, Salatbar, Pfirsich-Maracuja-Joghurt	Fischfrikadelle <F> mit Remoulade, Tomatenketchup und Kartoffelspalten, Salatbar, frisches Obst	
	Komponentenwahl	Hähnchenbolognese <G> auf Penne, Salatbar, Grießpudding		Alaska-Seelachsfilet, paniert <F> auf Rahmspinat und Salzkartoffeln, Salatbar, Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja	Grüne Bohnen-Eintopf Kartoffeln, Sellerie und Rindfleisch <R> dazu ein Brötchen, Salatbar, frisches Obst	
	Komponentenwahl	Nudeln mit Möhren in Käsesoße, Salatbar, Grießpudding		Brokkolirösti <V> mit Kräuterquarkdip, Salzkartoffeln, Salatbar, Pfirsich-Maracuja-Joghurt	Quinoa-Erbsen-Frikadelle <V> auf Tomatensoße, Langkomreis, Salatbar, frisches Obst	

17.03.-21.03.2025 KW 12	Menü A		Geflügel-Klopse "Königsberger Art" in Heller Soße <G> mit Erbsen und Naturreis, Beilagensalat, frisches Obst			Ravioli mit Hähnchenfleischfüllung <G> auf Tomaten-Gemüsesoße, Beilagensalat, Sahnepudding Panna Cotta
	Menü B		Kürbis Falafel <V> auf Tomatensoße mit Naturreis, Beilagensalat, frisches Obst			Vegetarische Linsensuppe <V> mit Roggenbrötchen, Beilagensalat, Sahnepudding Panna Cotta
24.03.-28.03.2025 KW 13	Komponentenwahl	Lachswürfel in Tomatensoße <F>, Spiralnudeln, Salatbar, Vanilla-Milchpudding		Hackfleischbällchen in Tomatensugo <R> auf Nudeln, Salatbar, frisches Obst	Chicken-Nuggets aus Hähnchenbrust-Formfleisch <G> mit Kartoffelspalten und Kräuterquark, Salatbar, Joghurt Pfirsich-Maracuja	
	Komponentenwahl	Gyros -Pfanne vom Hähnchen <G> auf Balkan Gemüsemix aus Karotten, Mais, Erbsen, Brechbohnen und Paprika mit Naturreis und Tzaziki, Salatbar, Vanilla-Milchpudding		Buchstabennudeltopf mit Geflügel <G> dazu ein Baguette Brötchen, Salatbar, frisches Obst	Schlemmerfilet à la française vom Alaska-Seelachs <F> dazu Salzkartoffeln, Salatbar, Joghurt Pfirsich-Maracuja	
	Komponentenwahl	Spiralnudeln auf Tomaten-Zucchini- Soße <V>, Salatbar, Vanilla-Milchpudding		Kleine Pellkartoffeln mit Tomatenquark, Salatbar, frisches Obst	Gemüseglasch mit Blumenkohl, Bohnen, Karotten, Erbsen und Kichererbsen in Kräutersoße, Salzkartoffeln, Salatbar, Joghurt Pfirsich-Maracuja	
	Menü A		Blumenkohlröschen mit Geflügel-Bällchen <G> in Käsesoße dazu Salzkartoffeln, Beilagensalat, Erdbeerjoghurt			Zwiebel-Sahne-Hähnchen überbacken mit Emmentaler-Käse <G>, Langkornreis, Beilagensalat, frisches Obst
	Menü B		Mini-Karotten-Ecke <V> mit Braune Rahmsoße und Naturreis, Beilagensalat, Erdbeerjoghurt			Brokkolicremesuppe mit Karottenwürfel und Vollkornbrot, Salatbar, frisches Obst
31.03.-04.04.2025 KW 14	Komponentenwahl	Fischstäbchen <F> auf Kartoffelstampf "hausgemacht", Dillsoße, Salatbar, Milchpudding Schoko		"Beef-Burger" mit einem Rinderhacksteak <R>, Pommes frites, Salatbar, Joghurt Kirsch	Reispfanne mit Hähnchen, Erbsen, Paprika, Tomaten und Kichererbsen <G> mit Sweet Chili-Soße, Salatbar, frisches Obst	
	Komponentenwahl	Rindsbratwürstchen <R> auf Sauerkraut ohne Speck dazu Kartoffelstampf "hausgemacht" und Senf, Salatbar, Milchpudding Schoko		Hühnerfrikassee " Frühlings Art" mit Möhren, Erbsen und Champignons <G> auf Langkornreis, Salatbar, Kirschjoghurt	Rinderbolognese <R>, Spiralnudeln, Salatbar, frisches Obst	
	Komponentenwahl	Spaghetti auf Gemüse- Bolognese <V>, Salatbar, Milchpudding Schoko		"Veggie"-Burger" mit einem Blumenkohlrösti <V> dazu Pommes frites, Salatbar, Joghurt Kirsch	Reibekuchen "Hausfrauen Art" <V> dazu Apfelkompott, Salatbar, frisches Obst	
	Menü A		Hähnchen <V> in Asiatische Gemüsesoße süß-sauer mit Naturreis, Beilagensalat, Erdbeerjoghurt			Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren <R> mit Kartoffelspalten, Beilagensalat, frisches Obst
	Menü B		Brokkolirösti <V> mit Braune Rahmsoße und Salzkartoffeln, Beilagensalat, Erdbeerjoghurt			Vegetarische Kartoffelsuppe <V> und Vollkornbrot, Beilagensalat, frisches Obst

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