Speiseplan November 2022

GS Jürgenohl/Hahndorf

vegetarisches Gericht | Fischgericht | Geflügelgericht | Rindfleischgericht | Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag **31.10.2022**	**Feiertag!**		**Feiertag!**			
Allergene und Zusatzstoffe						
Dienstag **01.11.2022**	Fisch: Fischfrikadelle vom MSC Seelachs mit Dill-Kräutersoße und Kartoffeln		Knusperschnitte „Hong Kong“, Sauce süß-sauer, dazu Langkorn-Reis			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut, Grünkern,3,4,6,7,9,10,14,a,c		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,a,			
Mittwoch **02.11.2022**	Pasta: Vollkorn-Spaghetti mit Tomatensoße „Bolognese“, dazu geriebener Käse		Pasta: Vollkorn-Spaghetti mit Tomatensoße, dazu geriebener Käse		„Hirtensalat“ mit Feta mit Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,f,l		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern, 3,7,9,a,b,c,g,j		1Weizen, 3,6,7,9,10	
Donnerstag **03.11.2022**	Cremige rote Linsensuppe mit Suppenfleischklößchen, dazu Weizenbrötchen und Mandarinenjoghurt		Cremige rote Linsensuppe, dazu Weizenbrötchen und Mandarinenjoghurt			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,5,7,9, 10,11,12,a,c,f,l		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,,5,6,7,9,10,11,12,g			
Freitag **04.11.2022**	Eierragout mit Mischgemüse, dazu Salzkartoffeln		Gemüse-Knusper-Dinos mit Kräutersoße und Kartoffelpüree		„Chefsalat“ mit Schinken, Käse, Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut, Grünkern,3,7,9,12,a,c,		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern, 3,6,7,9,12,a,c		1Weizen, 3,6,7,9,10,f,l	

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!
Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3,7,10)
Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen,3,7,10)
Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade enthalten: (5,8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse)enthalten:7,a,g,j

Guten Appetit!

Speiseplan November 2022

GS Jürgenohl/Hahndorf

vegetarisches Gericht | Fischgericht | Geflügelgericht | Rindfleischgericht | Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag **07.11.2022**	Hühnernudelsuppe mit Gemüse und Eierstich dazu Weizenbrötchen und Mangojoghurt		Nudelsuppe mit Gemüse und Eierstich dazu Weizenbrötchen und Mangojoghurt			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9			
Dienstag **08.11.2022**	Hackfleischroulade mit Bratensoße, Kartoffeln und Sommergemüse		Gemüse-Röstitaler, Kräutersoße, dazu Kartoffelpüree		Salat "Hühnchen" mit Ananas und Hähnchenbrust, dazu Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Roggen,Hafer,Gerste,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12		1Weizen,Roggen,Hafer,Gerste,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12		1Weizen, 3,6,7,9,10,j	
Mittwoch **09.11.2022**	Pasta: Penne mit Gemüsegulasch und Rindfleischbällchen,(Karotten, Brokkoli, Blumenkohl),		Pasta: Penne mit Gemüsegulasch (Karotten, Brokkoli, Blumenkohl)			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,a,f,l		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12,e			
Donnerstag **10.11.2022**	Fisch: Knusperseelachsfilet "Käse&Kräuter" vom MSC Seelachs mit Remouladensoße und Kartoffelsalat		3 Eierkuchen(ungefüllt) Vanillesauce		Salatteller „Käse" mit Goudastreifen, dazu Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,4,6,7,9,10,a		1Weizen,Roggen,Hafer,Gerste,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,a,b,j		1Weizen, 3,6,7,9,10	
Freitag **11.11.2022**	Gebratener Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, Kartoffeln und Babymöhrchen		Balkan-Gemüse-Pfanne, dazu Tomatensoße und Parboiled-Reis			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12,f,l		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,6,7,9			

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!
Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3,7,10)
Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen,3,7,10)
Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade (5,8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse)enthalten:7,a,g,j

Guten Appetit!

Habekost + Fichtner

Speiseplan November 2022

GS Jürgenohl/Hahndorf

vegetarisches Gericht | Fischgericht | Geflügelgericht | Rindfleischgericht | Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag **14.11.2022**	Pasta: Spaghetti mit Fleischwurst-Tomatensoße und italienischem Hartkäse		Pasta: Spaghetti mit Tomatensoße und italienischem Hartkäse			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,a,j,f,l		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,7,9,a,j		1Weizen, 3,6,7,9,10,f,l	
Dienstag **15.11.2022**	Hausgemachte Kartoffelsuppe mit 1 Geflügel-Würstchen, dazu Weizenbrötchen und Fruchtquark		Hausgemachte Kartoffelsuppe, dazu Weizenbrötchen und Fruchtquark		Salatteller „Pute“ mit Putenstreifen, Mandarinen, dazu Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,12,a,c,f,l		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,12,a,c		1Weizen, 3,6,7,9,10,f,l	
Mittwoch **16.11.2022**	Fisch: Grillfischfilet mit Paprika-Zucchinigemüse in Kräutersoße, Kartoffeln		6 Brokkoli-Nuggets, Kräutersoße und Kartoffelpüree			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Roggen,Hafer,Gerste,Dinkel, Kamut,Grünkern,3,4,6,7,9,10,12		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,8Haselnuss/Mandeln,Wal3Kaschunüsse,Pecanuss,Macadamia,Quennslandnüsse,9,10,11,12, a			
Donnerstag **17.11.2022**	2 Hähnchen-Dinos(paniert) Rahmsauce, Möhrengemüse und Kartoffeln		Sahne-Milchreis mit Zucker & Zimt		Salatteller „Radi“ mit Radieschen, dazu Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12,a		1Weizen,Roggen,Hafer,Gerste,Dinkel,Kamut,6,7,13,a,c,g		1Weizen, 3,6,7,9,10	
Freitag **18.11.2022**	Gnocchi - Auflauf mit Putenbruststreifen, Gemüse und Gouda überbacken		Kartoffeln mit Kräuterquark			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,11,12,13		1Weizen,7,6,9,10,e			

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!
Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3,7,10)
Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen,3,7,10)
Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade (5,8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse)enthalten:7,a,g,j

Guten Appetit!

Speiseplan November 2022

GS Jürgenohl/Hahndorf

vegetarisches Gericht | Fischgericht | Geflügelgericht | Rindfleischgericht | Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag **21.11.2022**	Pasta: Vollkorn-Spirelli mit Basilikum-Pesto, gebratenen Hähnchenstreifen und ital. Hartkäse		Pasta: Vollkorn-Spirelli mit Basilikum-Pesto und ital. Hartkäse			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12,c		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12,			
Dienstag **22.11.2022**	Fisch: Reispfanne (Mais, Paprika und Erbsen) mit Lachs und Paprika-Dip		Eieromelette mit Kartoffeln und Spinat		Salatteller „Zucchini“ mit Zucchinischeiben, dazu Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Roggen,Hafer,Gerste,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,4,6,7,9,10,12		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,e,g		1Weizen, 3,6,7,9,10	
Mittwoch **23.11.2022**	Gebratene Mie - Nudeln mit Putenstreifen und Ei, Ketchup		4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,7,c,j			
Donnerstag **24.11.2022**	Rinder-Bouillon mit Nudeln und Gemüsestreifen, dazu 1 Weizenbrötchen und Fruchtjoghurt		Klare Bouillon mit Nudeln und Gemüsestreifen, dazu 1 Weizenbrötchen und Fruchtjoghurt			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,9,f,l		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,9			
Freitag **25.11.2022**	Geflügelfrikadelle mit Rahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Kartoffeln		2 Kartoffeltaschen (gefüllt mit Frischkäse), Petersiliensoße, Kaisergemüse		Salatteller „Mais & Kidney“ mit Mais und Kidneybohnen, dazu Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,,a,c,e		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,11,g		1Weizen, 3,6,7,9,10	

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!
Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3,7,10)
Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen,3,7,10)

Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade (5,8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse)enthalten:7,a,g,j

Guten Appetit!

Das H+F Bistro-Team wünscht Euch einen schönen 1.Advent!

Speiseplan November 2022

GS Jürgenohl/Hahndorf

vegetarisches Gericht | Fischgericht | Geflügelgericht | Rindfleischgericht | Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag **28.11.2022**	Kartoffel-Möhren-Lauch-Eintopf mit 1 Wiener Würstchen, dazu 1 Weizenbrötchen und Apfelkompott		Kartoffel-Möhren-Lauch-Eintopf, dazu 1 Weizenbrötchen und Apfelkompott			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,12,a,c,f,i,j		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,7,9,12,a,c,j			
Dienstag **29.11.2022**	Pasta: Tortellini (Rindfleischfüllung) in Tomatensoße überbacken mit Gouda		Pasta: Gemüse-Tortellini in Tomatensoße		Salatteller „Pinie“ mit gerösteten Pinienkernen, dazu Brötchen und Dressing	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,,a,c,e		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12,a,c		1Weizen, 3,6,7,9,10	
Mittwoch **30.11.2022**	Hühnerfrikassee mit Leipziger Allerlei, Parboiled-Reis		Kräuter-Stampfkartoffeln mit Bechamelsauce und vegetarischen Bällchen			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10		1Weizen,Gerste,Roggen,Hafer,Dinkel,Kamut,Grünkern,3,6,7,9,10,12,a,c			
Donnerstag						
Allergene und Zusatzstoffe						
Freitag						
Allergene und Zusatzstoffe						

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!
Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3,7,10)
Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen,3,7,10)
Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade enthalten: (5,8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse)enthalten:7,a,g,i

Guten Appetit!