



Schülerspeiseplan für November 2026

Essen 1 (Vollkost)

Essen 2 (Fitkost)

Essen 3

Mo 02.11.	Rindergeschnetzeltes mit Erbsen-Maisgemüse und gem. Vollkorn-Reis ^(f,i,m)	Klare Gemüsesuppe mit Ei, dazu ein Dessert ^(a,f,h)	Bami-Goreng (Chinagemüse, Bandnudeln und Hähnchenfleisch), dazu Obst ^(a,e,i,k,m,w)
Di 03.11.	Kochklops in Kapernsoße und Kartoffeln, dazu Gurkensalat ^(3,a,f,h,i,m,o,p,q,s)	Tomaten-Mozzarella-Soße mit BIO -Vollkorn-Nudeln und Obst ^(e,f,m,w)	Rote-Beete-Puffer, Rahmsoße mit fr. Petersilie und Püree ^(3,a,e,f,g,h,i,k,m)
Mi 04.11.	Putenschnitzel, Soße, Mischgemüse und Kartoffeln ^(a,f,h,i,m,o,p,q)	Buntes Gemüse mit holl. Soße und Püree mit fr. Schnittlauch, BIO -Obst ^(3,a,f,h,m)	Backfisch, Rahmsoße mit fr. Dill, Kartoffeln, dazu Obst ^(b,f,h,m)
Do 05.11.	Tomatensoße mit Jagdwurst und Nudeln, dazu ein Dessert ^(2,3,8,a,e,f,h,i,k,m,s,w)	Hoki „mehlert“, Senfsoße und Kartoffeln, Möhren-Rohkost ^(b,f,i,m)	Bunte Gemüse-Reispfanne, dazu Obst ^(2,a,h,m)
Fr 06.11.	Reissuppe mit buntem Gemüse und Hühnerfleisch, dazu ein Dessert ^(a,e,f,h,i,m,o,p,q)	Grießbrei mit Früchtemus ^(1,e,f,m,o,p,q)	Schweinebraten, Soße, Rotkohlgemüse und Kartoffeln ^(2,3,i,m,q)
Mo 09.11.	Graupensuppe mit buntem Gemüse und Hühnerfleisch, dazu ein Dessert ^(a,e,f,h,i,m,o,p,q)	Buntes Eierfrikassee mit Kartoffeln, dazu Obst ^(a,f,i,m)	Bratwurstscheiben in Tomatencurrysoße und Nudeln ^(8,9,a,e,f,h,i,k,m,o,p,q,s,w)
Di 10.11.	Wurstgulasch mit Püree und Rotkohl-rohkost ^(2,3,i,m,s)	Alaska-Seelachsfilet „natur“, Rahmsoße mit fr. Kräutern und gem Vollkornreis, dazu Obst ^(b,f,i,m)	Gemüse-Curry mit Kokosmilch und Basmatireis ^(h,i,m)
Mi 11.11.	Hähnchengeschnetzeltes mit buntem Reis, dazu Weißkraut-Paprikasalat ^(m)	Broccoli-Nuggets, Tomatensoße, BIO -Vollkorn-Nudeln ^(a,e,f,g,h,i,k,m,p)	Crêpes mit Apfelfüllung ^(a,f,m)
Do 12.11.	Schokoladensuppe mit Milchbrötchen ^(1,a,e,f,i,k,m,o,p,q)	Frikadelle, Soße, Kohlrabi-Möhrengemüse und Kartoffeln ^(a,f,h,i,m,s)	Gemüse-Dino, Tomatensoße und Bulgur mit Gemüse ^(a,f,h,k,m,o)
Fr 13.11.	Krautgehacktes (Schweinehackfleisch mit Weißkohl) und Kartoffeln, dazu Obst ^(m,s)	Vegetarische Grüne Bohnensuppe, dazu eine selbstgemachte Quarkspeise ^(1,a,f,h,i,k,m,o,p,q)	Rotes Linsencurry mit gem. Vollkornreis und Obst ^(3,e,h,i,m)
Mo 16.11.	Vegetarische Hackbällchen, Soße, Buttergemüse und Kartoffeln ^(i,m)	Erbsensuppe (Schälerbsen) mit Würstchen ^(2,3,8,i,s)	Back-Camembert, Tomatensoße und Bulgur mit Gemüse ^(e,f,h,m)
Di 17.11.	Würstchenscheiben in Tomatensoße und Nudeln, Dessert ^(2,3,8,a,e,f,h,i,k,m,s,w)	Hähnchenbrust „natur“, Soße, BIO -Möhrengemüse und Püree ^(3,a,f,h,i,m,o,p,q)	Veg. Bratwurst, Soße, Bayrisch Kraut und Kartoffeln ^(a,e,f,h,i,m)
Mi 18.11.	Hühnerfrikassee (Brustfleisch) mit buntem Gemüse, Langkornreis und Gurkensalat ^(a,e,f,h,i,m,o,p,q)	Hefeklöße mit heißer Fruchtsoße ^(1,a,e,f,g,m,o)	Kartoffel-Lauchsuppe mit einem Roggenbrötchen ^(e,f,h,k,m,o,p,q)
Do 19.11.	Jägerschnitzel (unpan. Jagdwurstscheibe), Soße, Erbsengemüse und Kartoffeln ^(2,3,i,f,m,s)	Spinat-Käsesoße mit BIO -Vollkorn-Nudeln, dazu ein Dessert ^(e,f,m)	Veg. Kohlroulade, Soße und Kartoffeln ^(a,e,f,g,h,i,k,m)
Fr 20.11.	Vegetarische Möhrensuppe und selbstgemachte Quarkspeise ^(1,e,f,m,o,p,q)	Fischfrikadelle, Rahmsoße mit fr. Kräutern, gem. Vollkorn-Reis, dazu Obst ^(a,b,e,f,h,i,m,s)	Gemüseplatte mit Sauce Hollandaise und Kartoffelpüree mit fr. Schnittlauch ^(3,a,f)
Mo 23.11.	Nudelsuppe mit buntem Gemüse und Hühnerfleischeinlage, dazu ein Dessert ^(a,e,f,h,i,k,m,w)	Gemüse-Frikadelle, Rahmsoße mit fr. Petersilie und Kartoffeln ^(3,a,f,m)	Bauernroulade, Soße, Butterbohnen, Kartoffeln ^(a,f,h,i,m,s)
Di 24.11.	Geflügel-Bratwurst, Soße, Bayrisch Kraut und Kartoffeln ^(a,e,f,g,h,i,k,m,o,p,q)	Senfsoße mit zwei gek. Eiern und Kartoffeln, dazu Rote-Beete-Salat ^(9,a,f,i,m)	Gnocchi mit Käsesoße und Broccoli ^(a,f,m)
Mi 25.11.	Schinken-Sahnesoße mit Nudeln, dazu Obst ^(2,3,8,a,e,f,i,k,m,s,w)	Dorsch-Surfer, Rahmsoße mit fr. Dill und Püree, dazu Möhren-Rohkost ^(3,b,f,h,m)	Kürbissuppe mit Fladenbrot ^(3,a,e,f,g,k,m)
Do 26.11.	Gehacktesstippe mit Püree, dazu eine Gewürzgurke ^(2,3,9,i,m,s)	Tomatensoße „Napoli“ mit BIO -Vollkorn-Nudeln, dazu Reibekäse ^(e,f,m)	Kaiser-Germknödel mit Vanillesoße ^(1,a,e,f,g,m,o,p,q)
Fr 27.11.	Hähnchen Nuggets, Soße, Leipziger Allerlei und Kartoffeln ^(a,e,f,h,i,k,m,o,p,q)	Bunte Gemüsesuppe, dazu selbstgemachte Quarkspeise ^(1,e,f,h,m,o,p,q)	Fischstäbchen (pan. Alaska-Seelachsfilet), Rahmsoße mit fr. Kräutern und Kartoffeln, Obst ^(1,b,f,h,m)
Mo 30.11.	Putenragout mit Möhrengemüse und Kartoffeln ^(f,m)	Veg. Linsensuppe (süß-sauer) und ein Dessert ^(f,h)	Blumenkohl-Stern, Käsesoße und Vollkorn-Nudeln ^(a,e,f,m)

Essen mit diesem Zeichen gibt es auch in einer umweltfreundlichen Mehrwegverpackung. Bestellung nur über OBS. Auf diese Verpackungen erheben wir einen Pfand, der nach der Rücknahme gutgeschrieben wird. Der Pfand ist im Verkaufspreis enthalten. Achtung: Für ungereinigt zurückgegebenes Geschirr erheben wir eine Reinigungsgebühr von 0,50 € pro Teil. Bei angeschlagenen oder fehlenden Teilen wird kein Pfand erstattet. Bitte beachten Sie vor Ihrer Bestellung unsere AGB.

Für den größtmöglichen Service haben wir uns für das bereits bewährte RECUP/REBOWL-System entschieden. So können Sie die Behälter z.B. auch bei allen deutschlandweit teilnehmenden Händlern und Geschäften wieder abgeben. Alle Infos dazu finden Sie auf www.recup.de



Wir wünschen euch einen guten Appetit! Änderungen der Speisenfolge vorbehalten. Ab- und Nachbestellungen bis 07.30 Uhr des Liefertages möglich!

Hinweis für Gymnasien: Die Essen 4 - 7 findet Ihr auf unseren Extra-Speiseplänen. Diese Pläne werden aus organisatorischen Gründen immer erst ca. 14 Tage vorher veröffentlicht. Um auch diese Essen bestellen zu können ist ein Zugang zu unserer Direktbestellung über das Internet bzw. die Bestell-App nötig. Die Zugangsdaten könnt Ihr über unser Internformular oder einfach per E-Mail anfordern.

Unsere Schulsalate! 3,95 € (ca. 350g)
Jeden Tag lieferbar. Bestellung bis 10.00 Uhr am Tag vor Lieferung.

KW 45 02.11. - 06.11.26	Haussalat „Nuggets“ mit Eisbergsalat, frische Tomaten + Gurken, Mais, Chicken Nuggets, Ei und geriebenem Käse. Dazu Dressing! ^(a,e,f,h,i,k,m)
KW 46 09.11. - 13.11.26	Haussalat „Putenbrust“ mit Eisbergsalat, frische Tomaten + Gurken, Mais, Putenbruststreifen, Ei und geriebenem Käse. Dazu Dressing! ^(a,f,h,i,m)
KW 47 16.11. - 20.11.26	Haussalat „Mozzarella“ mit Eisbergsalat, frische Tomaten + Gurken, Mais, Mozzarella und Ei. Dazu Dressing! ^(a,f,h,i)
KW 48 23.11. - 27.11.26	Haussalat „Kochschinken“ , Eisbergsalat, frische Tomaten + Gurken, Mais, Kochschinken, Ei und geriebener Käse. Dazu Dressing! ^(2,3,8,a,f,h,i,s)
KW 49 30.11. - 04.12.26	Haussalat „Nuggets“ mit Eisbergsalat, frische Tomaten + Gurken, Mais, Chicken Nuggets, Ei und geriebenem Käse. Dazu Dressing! ^(a,e,f,h,i,k,m)

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe: 1-mit Farbstoff 2-mit Konservierungsstoff 3-mit Antioxidationsmittel 4-mit Geschmacksverstärker 5-geschwefelt 6-geschwärzt 7-gewachst 8-mit Phosphat 9-Süßungsmittel 10-Alkohol weitere Zeichen: *-mit Süßungsmittel, s-Schwein
Kennzeichnungspflichtige Allergene: a-Ei b-Fisch c-Krebstiere d-Erdnüsse e-Soja f-Milch g-Schalenfrüchte h-Sellerie i-Senf k-Sesam-samen, m-Weizen, o-Roggen, p-Gerste, q-Hafer, r-Dinkel, t-Kamut-Hybridstämme, u-Schwefeldioxid und Sulfite, w-Lupine, x-Weichtiere.

Allergene sind für die Meisten von uns überhaupt nichts Schlimmes, aber für einige stellt dies eine wichtige Info dar. Solltest du eine bekannte Allergie haben, suche bitte zusammen mit deinen Eltern das Gespräch mit unserem Küchenteam, damit wir für dich angepasste Speisen zusammenstellen können.

Bitte an dieser Linie abtrennen

Bitte nur Originalbestellschein verwenden

Gewünschte Essen bitte ankreuzen. Zahlen für Kd-Nr. innerhalb der Kästchen eintragen.

45. KW	1	2	3	S	46. KW	1	2	3	S	47. KW	1	2	3	S
Montag					Montag					Montag				
Dienstag					Dienstag					Dienstag				
Mittwoch					Mittwoch					Mittwoch				
Donnerstag					Donnerstag					Donnerstag				
Freitag					Freitag					Freitag				
48. KW	1	2	3	S	49. KW	1	2	3	S	11 / 26 Maschinenlesbarer Bestellzettel. Bitte innerhalb der vorgegebenen Kästchen schreiben. Den ausgefüllten Bestellzettel abtrennen und in Ihrer Einrichtung abgeben. Oder Sie benutzen unsere alternativen Bestellmöglichkeiten. Nähere Infos auf der Rückseite. Bitte Kundennummer nicht vergessen! Rückgabe bitte bis 15.10.26				
Montag					Montag									
Dienstag					Dienstag									
Mittwoch					Mittwoch									
Donnerstag					Donnerstag									
Freitag					Freitag									

Name: Kd.Nr:

Klasse: Bitte Zutreffendes ankreuzen: GS ☐ SEK/GYM ☐ Einrichtung:.....