

November

Johanna-Gerdes-Grundschule

Kalenderwoche 45 - 2.11. bis 6.11.2026

Montag 2.11.26	Dienstag 3.11.26	Mittwoch 4.11.26	Donnerstag 5.11.26	Freitag 6.11.26
STUDENTAG	Butter Chicken (a,g,i) vom BIO-Hähnchen (G) mit BIO-Tomaten und BIO-Erbsen	Vorsuppe: Feines Cremesüppchen (aw,g,i) aus BIO-Erbsen	Pürierte Broccoli-Cremesuppe (a,g,i) aus BIO-Broccoli und BIO-Kartoffeln	Fisch-Frikadelle aus Seelachs (F,aw,c,d,f,g,i,k) mit Rahmsoße (a,g,i)
		Pancakes (a,c,f,g,h,i) mit BIO-Äpfelmus		BIO-Karotten (i)
	BIO-Langkornreis (FT)			BIO-Salzkartoffeln
	Linsen-Gemüse-Ragout (aw,c,g,h,i,m) mit BIO-Tomaten und BIO-Paprika			BIO-Gartenkräuterquark (g,i) dazu Leinöl
				BIO-Karotten (i)
	BIO-Langkornreis (FT)			BIO-Salzkartoffeln
	BIO-Joghurt (g) mit Beeren	BIO-Rohkostsalat	BIO-Pudding (g) mit Vanille (g,h)	BIO-Tagesobst

Kalenderwoche 46 - 9.11. bis 13.11.2026

Montag 9.11.26	Dienstag 10.11.26	Mittwoch 11.11.26	Donnerstag 12.11.26	Freitag 13.11.26
Fluffiges Eier-Omelette (a,c,g,i,j)	Thai Rinderstreifen-Pfanne (a,g,f,i) mit BIO-Paprika, BIO- Erbсен, Sojasoße und BIO-Rindfleisch (R)	Goldbraune Vegetarische Bällchen (aw,c,f,g,i,j,k) dazu Ketchupsoße (a,aw,i)	Sämiger Steckrüben- Eintopf (a,g,i) mit BIO- Steckrüben und BIO-Kartoffeln	Fisch-Korma mit See- und Wildlachs (F,a,g,i,d) aus BIO-Tomaten, BIO-Möhrrchen und BIO-Erbсен
BIO-Rahmspinat (a,g)		BIO-Erbсен (i)		BIO-Langkornreis (FT)
BIO-Salzkartoffeln	BIO-Nudeln (aw)	BIO-Langkornreis (FT)		
Vegetarischer Gulasch (aw,g,i) aus BIO-Kartoffeln, BIO Paprika, dazu BIO-Schmand- Dip (g)	Überbackener Maccaroni-Auflauf (a,c,g,i) mit BIO-Gouda (g), BIO- Tomaten und BIO-Möhrrchen	Linsen-Curry mit Kokosmilch (aw,c,g,h,i,m), BIO-Süßkartoffeln und BIO-Karotten	Pürierte Mais- Cremesuppe (a,g,i) aus BIO-Mais und BIO-Zwiebeln	Chili-con-Tempeh (aw,g,f,h,i,l,m,5) aus Tempeh, BIO-Mais, BIO-Paprika und BIO-Tomaten
		BIO-Langkornreis (FT)		BIO-Langkornreis (FT)
BIO-Tagesobst	BIO-Rohkostsalat	BIO-Joghurt (g) mit Birnen	BIO-Quark (g) mit Früchten	BIO-Tagesobst

November

Johanna-Gerdes-Grundschule

Kalenderwoche 47 - 16.11. bis 20.11.2026

Montag 16.11.26	Dienstag 17.11.26	Mittwoch 18.11.26	Donnerstag 19.11.26	Freitag 20.11.26
Tomaten-Oregano-Sugo (a,g,i) aus pürierten BIO-Tomaten	Schmorkohl-Pfanne (a,g,i) mit BIO-Möhren und BIO-Rindfleisch (R)	<u>Vorsuppe:</u> Feines Cremesüppchen (aw,g,i) aus BIO-Tomaten	Cremige Erbsen-Suppe (a,g,i) aus BIO-Erbsen und BIO-Kartoffeln	Fisch-Nuggets aus Seelachs (F,aw,c,d,f,g,i,k) mit fruchtiger Curry-Ketchup-Soße (a,g,i,j)
BIO-Nudeln (aw)	BIO-Salzkartoffeln	BIO-Grießbrei (a,g,h) mit Kirschoße (a,g,h,i)		BIO-Broccoli (i)
				BIO-Langkornreis (FT)
Buttersoße (a,g,i) mit BIO-Mais-Möhrengemüse	Basilikum-Quark (g,i) mit BIO-Tomate dazu Leinöl			Gemüse-Nuggets (aw,c,d,f,g,i,k) mit fruchtiger Curry-Ketchup-Soße (a,g,i,j)
BIO-Nudeln (aw)	BIO-Salzkartoffeln			BIO-Erbsen
				BIO-Langkornreis (FT)
BIO-Tagesobst	BIO-Joghurt (g) mit Kirschen	BIO-Rohkostsalat	BIO-Pudding (g) mit Schoko (g,h)	BIO-Tagesobst

Kalenderwoche 48 - 23.11. bis 27.11.2026

Montag 23.11.26	Dienstag 24.11.26	Mittwoch 25.11.26	Donnerstag 26.11.26	Freitag 27.11.26
Sahnesoße "Carbonara-Art" (a,aw,g,i)	Hühnerfrikassee (a,g,i) aus BIO-Karotten, BIO-Erbsen und BIO-Hähnchen (G)	Gekochtes Ei mit cremiger Honig-Senf-Soße (a,c,g,i,j)	Süßkartoffel-Eintopf (a,g,i) mit BIO-Süßkartoffeln und BIO-Rüben	Thunfisch in Tomatensoße (F,a,aw,d) aus BIO-Tomaten
BIO-Erbsen (i)		BIO-Möhrenscheiben (i)		
BIO-Nudeln (aw)		BIO-Stampfkartoffeln (g)		BIO-Nudeln (aw)
Rote Linsen-Bolognese (aw,c,h,i,m) mit BIO-Tomaten und BIO-Sellerie (i)	Kokos-Curry mit Tempeh (aw,g,f,h,i,l,m,5) mit BIO-Paprika, und BIO-Süßkartoffeln	Ragout (a,g,i) aus Kichererbsen (aw,c,g,h,i,m) mit BIO-Tomaten und BIO-Süßkartoffeln		Gratinierte Kartoffel-Gnocchi in Sahnesoße (aw,c,g,i) mit BIO-Spinat
BIO-Nudeln (aw)	BIO-Langkornreis (FT)	BIO-Stampfkartoffeln (g)		
BIO-Tagesobst	BIO-Rohkostsalat	BIO-Joghurt (g) mit Mango	BIO-Quark (g) mit Früchten	BIO-Tagesobst