

## Grundschulen Recklinghausen Monat Oktober 2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
29.09.-03.10.2025 KW 40	<b>Tagesgericht GS</b>	Knusper schnitzel vom Hähnchen mit Geflügelsoße, Erbsen und Salzkartoffeln	Hähnchen-Pfanne dazu Kartoffelspalten, Tomatenketchup, Eisberg-Maissalat und American Dressing	"Cevapcici " aus Geflügelhackfleisch auf Langkornreis " Balkan Art" mit Mais, Paprika und Erbsen und Tomatensoße	Alaska-Seelachs im Backteig auf Möhrenstifte in Rahmsoße dazu Salzkartoffeln	Feiertag
	<b>Vegetarisch GS</b>	grünes Nudel-Risotto mit Erbsen, Brokkoli, Hörnchen-Nudeln und Sauerrahmsoße mit Kräutern	Reibekuchen "Hausfrauen Art" mit Apfelmus, Eisberg-Maissalat dazu American Dressing	Spiralnudeln mit Tomatensoße "Italia" <V>	Veggie-Nuggets aus Brokkoli, Mais und Porree auf Möhrenstifte in Rahm dazu Salzkartoffeln	Feiertag
	<b>Dessert GS</b>	Joghurt Kirsch	Obst	Schoko-Milchpudding	Obst	Feiertag
06.10.-10.10.2025 KW 41	<b>Tagesgericht GS</b>	Hot Dog <G> dazu Kartoffelspalten	Hähnchenbruststreifen auf Gemüsereis mit Tzatziki	Geflügel-Currywurst mit Tomatenketchup, Kartoffelspalten, bunter Salat mit French Dressing	Alaska-Seelachsfilet, paniert <F>, leichte Senfsoße dazu Salzkartoffeln, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate und Joghurt Dressing	Tortelloni mit Käsefüllung in Tomatensoße, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate mit Joghurt Dressing
	<b>Vegetarisch GS</b>	Penne-Nudeln, Karotten-Cremesoße	Gemüseschnitzel aus Brokkoli und Blumenkohl, cremigen Gemüsesoße dazu Salzkartoffeln	Käse-Kartoffelrösti, Kartoffelspalten, Tomatenketchup, bunter Salat mit French Dressing	Gemüsepfanne mit Karotten, Blumenkohl, Brokkoli und Gnocchi, Käsesoße	Vegetarische Kartoffelsuppe dazu ein Brötchen
	<b>Dessert GS</b>	Fruchtjoghurt Waldfrucht	Apfel	Birnen Vanille Buttermilchdessert	Obst	Pudding mit Sahne Karamell
13.10.-17.10.2025 KW 42	<b>Tagesgericht GS</b>	Rahmspinat mit Rührei <V> dazu Kartoffelpüree	Hühnerfrikassee " Frühlings Art" auf Langkornreis, Eisbergsalat mit Joghurt Dressing Sylter Art	Rinderfrikadelle in brauner Rahmsoße, Erbsen-Möhrengemüse und Salzkartoffeln	Fischburger mit Remoulade, Tomatenketchup und Salat dazu Wedges	Buchstabennudeltopf mit Geflügel dazu ein Weizenbrötchen
	<b>Vegetarisch GS</b>	Blumenkohl in Rahmsoße dazu ein Möhrenschnitzel, Salzkartoffeln	Schneckennudeln in Käsesoße dazu Eisbergsalat mit Joghurt Dressing Sylter Art	Kartoffel-Möhren-Eintopf, Mehrkornbrötchen	Tomatensoße "Italia" <V>, Farfalle, Gouda geraspelt, Karottenstreifen, Joghurt Dressing Sylter Art	Pfannkuchen, Natur mit Apfelmus
	<b>Dessert GS</b>	Joghurt Erdbeer	Banane	Grießpudding	Apfel	Vanille-Fruchtfoghurt
20.10.-24.10.2025 KW 43	<b>Tagesgericht GS</b>	Rindfleischbällchen in Tomatensoße und Erbsen dazu Langkornreis	Geflügelfrikadelle mit Braune Rahmsoße, Salzkartoffeln, Eisbergsalat, Joghurt Dressing Sylter Art	Nudelauflauf "Italia" mit Hähnchenbruststreifen, Makkaroni, Tomatensoße und Käse dazu Gurkensalat	Döner vom Hähnchen mit Kartoffelspalten, Kräuterquark und Rohkost aus Tomaten, Gurke, Paprika	Alaska-Seelachsfilet, paniert <F> in Cremesoße, Karotten und Langkornreis
	<b>Vegetarisch GS</b>	Kartoffel-Gnocchi-Pfanne mit Erbsen, Tomatensoße und geriebenen Gouda	Kartoffeltasche mit Brokkoli-Frischkäsefüllung mit brauner Rahmsoße, Langkornreis, Eisbergsalat, Joghurt Dressing Sylter Art	Tomatige Suppe mit kleinen Muschelnudeln und bunter Gemüseeinlage dazu ein kleines Baguette Brötchen	Kürbis-Falafel <V>, Salzkartoffeln, Paprikasoße und Rohkost aus Gurke	Gemüsenuggets aus Möhren, Brokkoli und Maiss auf Langkornreis dazu Helle Cremesoße
	<b>Dessert GS</b>	Vanilla-Milchpudding	Birne	Nuss-Nougatpudding	Apfel	Erdbeer-Rhabarberjoghurt

27.10.-31.10.2025 KW 44	<b>Tagesgericht GS</b>	Hähnchengeschnetzeltes " Kebab Art" in Tomatenkräutersoße dazu Langkornreis, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate mit French Dressing	Milchreis, Kirschen	buntes Nudelallerlei aus Makkaroni, Erbsen und Karotten dazu Tomatenkräutersoße	Fischfrikadelle mit Kräuterquark, Kartoffelspalten, Gurkensalat	Rinderfrikadelle in Bratensoße, Blumenkohlröschen und Salzkartoffeln
	<b>Vegetarisch GS</b>	Spirelli mit Vegetarische Bolognese, Eisbergsalat mit Gurke und Tomate mit French Dressing	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" mit Rahm und Salzkartoffeln	Spätzle mit Käsesoße mit Röstzwiebeln	Vegetarisches Knusperschnitzel auf Weizenbasis <V>, Salzkartoffeln, Braune Rahmsoße	Pizza Schnitte Margherita dazu Eisberg-Tomatensalat, Joghurt Dressing Sylter Art
	<b>Dessert GS</b>	Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja	Birne	Schoko-Milchpudding	Apfel	Fruchtjoghurt "Kiba" Kirsch-Banane

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