

Speiseplan Gymnasium Sindelfingen Monat Oktober 2025

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
29.09.-03.10.2025 KW 40	Tagesmenü	Vegetarisches Geschnetzeltes in Tomatensoße <V> mit Langkornreis und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Hamburger mit Rinderhacksteak <R>, Kartoffelecken mit Schale, Tomatenketchup und die Salatbeilagen aus der Salatbar	Hühnerfrikassee mit Bio Sommergemüse <G>, Langkornreis und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Bio Penne, Seelachswürfel in Cremesoße mit feinen Gemüsestreifen <F> und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Feiertag
	Veggie Menü	Gefüllte Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung <V>, Kräuterquarkdip dazu Bio Sommergemüse und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Hamburger mit einem Veganen Schnitzel <V>, Kartoffelecken mit Schale, Tomatenketchup und die Salatbeilagen aus der Salatbar	Bio Penne mit Käsesoße <V>, Bio Brokkoli und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Salzkartoffeln mit Cremesoße à la Hollandaise und Romanesco dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Feiertag
	Sek Salatteller	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und gebackenen Champignons	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Croutons mit Kräutern	Auswahl von der Salatbar mit Dressing mit gefüllter Kartoffeltasche <V>	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Falafelbällchen <V>	Feiertag
	Dessert	Obst	Obst	Birnen Vanille Buttermilchdessert	Obst	Feiertag
06.10.-10.10.2025 KW 41	Tagesmenü	Spaghetti mit Rindfleisch-Bolognese <R> und geriebenem Mozzarella dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Panierte Fischstäbchen <F> mit Kartoffelpüree, Senfsoße <V> und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Falafelbällchen aus Kirchererbsen <V> mit Langkornreis und Tomaten-Paprikasoße dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Eierspätzle mit Hähnchenrahmsoße und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Kartoffelsuppe <V> dazu ein Mehrkornbrötchen und ein Beilagensalat aus der Salatbar
	Veggie Menü	Eierspätzle mit Rahmsoße und Bio Brokkoli dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Veganes Knusperfilet <V> mit Langkornreis, Tomatensoße <V> und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Pfannkuchen, Natur <V> mit Apfelmus und Puderzucker dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Bulgur-Gemüse-Pfanne mit Paprika, Zucchini, Auberginen und Tomaten <V> mit Kräuterquarkdip und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Bio Spiralnudeln und Tomatensoße mit Gemüsewürfeln <V>, Hartkäse gerieben und ein Beilagensalat aus der Salatbar
	Sek Salatteller	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Mozzarella -Kugeln	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Rösti-Sticks	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Hähnchenbruststreifen <G>	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Emmentaler	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Geflügel Cevapcici <G>
	Dessert	Joghurt Kirsch	Obst	Erdbeerquark	Obst	Obst
13.10.-17.10.2025 KW 42	Tagesmenü	Alaska Seelachs "Fischlis Knusperpanade" <F> mit Kartoffelpüree, Rahmsoße und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Spaghetti mit Tomatensoße <V>, geriebener Mozzarella und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Gyros -Pfanne <G> mit Reis und Joghurt - Kräutersoße dazu Weißkraut und Rotkrautsalat aus der Salatbar	Hot Dog <G> mit Wellenschnittpommes und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Raviolini <V> mit Tomaten-Käse-Soße <V> und ein Beilagensalat aus der Salatbar
	Veggie Menü	Bio Spiralnudeln mit Brokkoli in Käsesoße und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Flädlesuppe zusätzlich Kaiserschmarrn <V> mit Vanillesoße, Puderzucker und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Bio Eierknöpfle mit Rahmsoße, Bio Sommergemüse und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Gnocchi mit Spinat und Cherrytomaten dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Kartoffelpuffer <V> belegt mit Tomate Mozzarella und ein Beilagensalat aus der Salatbar
	Sek Salatteller	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Hirtenkäsewürfel	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Putenbrustschinken	Auswahl von der Salatbar mit Dressing mit hartgekochtem Ei <V>	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Röstitaler	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Thunfisch <F>
	Dessert	Obst	Aprikosen-Mangojoghurt	Obst	Schoko-Milchpudding	Obst

20.10.-24.10.2025 KW 43	Tagesmenü	Spiralnudeln mit Rinderbolognese <R> dazu Hartkäse gerieben und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Schwäbische Maultaschen mit Kartoffelsalat und Bratensoße dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Bio Penne, Pesto Rosso Sahnesoße und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Seelachsfilet im Backteig, Salzkartoffeln, Senfsoße <V> und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Spiralnudeln dazu Käsesoße "Carbonara Art" <G> und ein Beilagensalat aus der Salatbar
	Veggie Menü	Spiralnudeln mit Tomatensoße <V> und Hartkäse gerieben dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Gemüse Maultaschen <V> mit Hausgemachter Kartoffelsalat, "schwäbische Art" und Bratensoße <V> dazu ein Beilagensalat aus der Salatbar	Kartoffelpuffer <V> mit Apfelkompott oder Ratatouille Gemüse und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Gabelspaghetti mit Tomaten-Paprikasoße, Bio Mais und ein Beilagensalat aus der Salatbar	Langkornreis mit Currysoße und ein Beilagensalat aus der Salatbar
	Sek Salatteller	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Falafelbällchen <V>	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Emmentaler	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Schwäbische Maultaschen	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Rösti-Sticks	Auswahl von der Salatbar mit Dressing und Geflügel-Bällchen <G>
	Dessert	Rote Grütze und Vanillesoße	Obst	Heidelbeeren Buttermilchdessert	Obst	Pudding mit Sahne Karamell
27.10.-31.10.2025 KW 44	Tagesmenü	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	Veggie Menü	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	Sek Salatteller	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
	Dessert	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien

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