

**Rückgabe bis spätestens 23.10.2025**  
**an 0173-7108745 o. speiseplan@meerblickwhv.de**

## Speiseplan November 2025

### OBS Nordsee-Campus-WHV

**Name:** \_\_\_\_\_ **Klasse:** \_\_\_\_\_

**Allergien?:** \_\_\_\_\_

**o. Schwein?:** \_\_\_\_\_ **vegetarisch:** \_\_\_\_\_

**vegan:** \_\_\_\_\_ **pescetarisch:** \_\_\_\_\_

| Tag | Datum      | Merkmal                                                                                                                                                                    | Menüs                                                                                                                                          | Dessert                | Auswahl<br>M1 | Auswahl<br>M2 |
|-----|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------|---------------|
| Mo  | 03.11.2025 | <br>     | 1) Rindergulasch – Apfelrotkohl,<br>Kartoffelklöße (J1)<br>2) Quinoa-Gemüse-Pfanne -<br>Kräutercremefraiche (K,14)                             | Obststück (10)         |               |               |
| Di  | 04.11.2025 | <br>     | 1) Backfisch* (J1,F,B)– Salzkartoffeln,<br>Rahmwirsing (K)<br>2) Gabelspaghetti (J1,F) – Tomaten-<br>Kräuterrahm-Sauce                         | Vanillepudding (K,14)  |               |               |
| Mi  | 05.11.2025 | <br> | 1) Geflügelgeschnetzeltes – Gemüse (F),<br>Nudeln (J1),<br>2) Gemüsecurry – Kräuterreis                                                        | Obststück (10)         |               |               |
| Do  | 06.11.2025 | <br> | 1) Linseneintopf (G) mit<br>Geflügelwürstchen – Brötchen (J1,G)<br>2) Kartoffel-Lauch-Suppe (G)– Brötchen<br>(J1)                              | Fruchtjoghurt (K,1,14) |               |               |
| Mo  | 10.11.2025 | <br> | 1) Hühnerfrikassee – Butterreis (K)<br>2) Kartoffel-Gemüse-Gratin (K)                                                                          | Fruchtquark (K,1,14)   |               |               |
| Di  | 11.11.2025 | <br> | 1) gebratenes Seelachsfilet* (J1,B) –<br>Dillsauce (G), Salzkartoffeln,<br>Karottensalat<br>2) Milchreis (K), warmer Obstkompott,<br>Zimtucker | Obststück (10)         |               |               |
| Mi  | 12.11.2025 | <br> | 1) Schnitzel* (J1,F) - Rahmgemüse,<br>Kartoffelecken (J1,F),<br>2) Chili sin Carne – Reis                                                      | Fruchtjoghurt (1,14,K) |               |               |
| Do  | 13.11.2025 | <br> | 1) Hähnchen Nuggets* (J1), Möhrchen,<br>Backkartoffeln, Sour Crème (J1,K)<br>2) Spinat-Lasagne (J1,K)                                          | Obststück (10)         |               |               |
| Mo  | 17.11.2025 | <br> | 1) Hühnernudelsuppe (J1,F) – Brötchen (J1)<br>2) Bohneneintopf – Brötchen (J1)                                                                 | Obststück (10)         |               |               |

**Rückgabe bis spätestens 23.10.2025**  
**an 0173-7108745 o. speiseplan@meerblickwhv.de**

## Speiseplan November 2025

### OBS Nordsee-Campus-WHV

**Name:** \_\_\_\_\_ **Klasse:** \_\_\_\_\_

**Allergien?:** \_\_\_\_\_

**o. Schwein?:** \_\_\_\_\_ **vegetarisch:** \_\_\_\_\_

**vegan:** \_\_\_\_\_ **pescetarisch:** \_\_\_\_\_

|    |            |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                   |                           |  |  |
|----|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--|--|
| Di | 18.11.2025 | <br>     | 1) Fischfrikadelle* (B) –Salzkartoffeln, Kräutersauce (K), Wachsbrechbohnsensalat<br>2) Blumenkohl-Kartoffel-Auflauf (K)          | Schokoladenpudding (K,14) |  |  |
| Mi | 19.11.2025 | <br>     | 1) Geflügelgulasch – Pariser Karotten, Spätzle (J1,F)<br>2) Kichererbsencurry – Reis                                              | Obststück (10)            |  |  |
| Do | 20.11.2025 | <br>    | 1) geschmorter Weißkohl, Rinderhackfleisch, Salzkartoffeln<br>2) Kartoffel-Brokkoli-Pfanne                                        | Fruchtquark (K,1,14)      |  |  |
| Mo | 24.11.2025 | <br> | 1) Fischstäbchen* (B,J1) – Rahmkohlrabi (K), Petersilienkartoffeln<br>2) Blumenkohl-Käse-Medaillons* - (D), Salzkartoffeln, Sauce | Vanillepudding (K,14)     |  |  |
| Di | 25.11.2025 | <br> | 1) Geflügel-Wintergemüse Eintopf – Brötchen (J1)<br>2) Tomatencremesuppe – Reiseinlage (J1,K)                                     | Obststück (10)            |  |  |
| Mi | 26.11.2025 | <br> | 1) Nudeln (J1) – Rindfleischbolognese<br>2) Milchnudeln (J1,K) – Vanillecrèmesauce (K,14), warme Kirschen                         | Fruchtjoghurt (K,1,14)    |  |  |
| Do | 27.11.2025 | <br> | 1) Hähnchenbrust Natur* - Rahmgemüse, Reis<br>2) Rahmspinat, Salzkartoffeln, gekochtes Ei (F)                                     | Obststück (10)            |  |  |

#### Kennzeichnungserklärung.Allergene:

A=Weichtierzeugnisse, B=Fischerzeugnisse, C=Sesamerzeugnisse, D= Schalenfrüchte: D1 Mandeln, D2 Haselnüsse, D3 Walnüsse, D4 Cashewnüsse, D5 Pecanunüsse, D6 Paranüsse, D7 Pistazien, D8 Macadamianüsse, D9 Queenslandnüsse, E=Sojaerzeugnisse, F=Eierzeugnisse, G=Sellerieerzeugnisse, H=Senferzeugnisse, I=Erdnüsse, J= glutenhaltige Erzeugnisse: J1 Getreide Weizen, J2 Dinkel, J3 Khorosan Weizen, J4 Roggen, J5 Gerste, J6 Hafer, K= Milcherzeugnisse, L= Krebstiere, M= Schwefeldioxid und Sulfite, N= Lupinenerzeugnisse, \*= frisches Fertigprodukt

**Rückgabe bis spätestens 23.10.2025**

**an 0173-7108745 o. speiseplan@meerblickwhv.de**

## **Speiseplan November 2025**

### **OBS Nordsee-Campus-WHV**

**Name:** \_\_\_\_\_ **Klasse:** \_\_\_\_\_

**Allergien?:** \_\_\_\_\_

**o. Schwein?:** \_\_\_\_\_ **vegetarisch:** \_\_\_\_\_

**vegan:** \_\_\_\_\_ **pescetarisch:** \_\_\_\_\_

**Kennzeichnungserklärung Zusatzstoffe:**

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Nitritpökelsalz, 4 = mit Nitrat, 5 = mit Nitritpökelsalz und Nitrat, 6 = mit Antioxidationsmitteln, 7 = mit Geschmacksverstärker, 8= geschwefelt, 9= geschwärzt, 10= gewachst, 11= mit Süßungsmitteln, 12= enthält Phenylalaninquelle, 13= mit Phosphat, 14= mit Milcheiweiß, 15= koffeinhaltig, 16= chininhaltig, 17= genetisch verändert

### **Änderungen vorbehalten!**

Die Schweinefleischalternative ist den gemeldeten muslimischen Kindern vorbehalten bzw. für die Einrichtungen, die komplett ohne Schweinefleisch beliefert werden– Saucen sind komplett allergen + schweinefleischfrei