

SPEISEPLAN SCHULEN

Woche 11/2026

09.03.2026 – 13.03.2026

Datum	Montag 09.03.2026	Dienstag 10.03.2026	Mittwoch 11.03.2026	Donnerstag 12.03.2026	Freitag 13.03.2026
Menü 1	Hähnchen-Nuggets (G;a'g) Ketchup Dip (ij,6) Kartoffel-ecken Salat <u>oder</u> Grießpudding (a'g)	Putenfleischküchle an Bratensoße (GR;a'cgj) Spätzle (a'c) Salat <u>oder</u> Obst	Seelachsfilet paniert, Remouladensoße (F;a'cgj) Kartoffeln Salat <u>oder</u> Vanillaquark (g)	Schwäbische Linsen mit Puten Saitenwürstle (GR;a'ij,1245) Knöpfle (a'c) Salat <u>oder</u> Obst	Rindergeschnetzeltes an Rahmsoße (R;g,4) Reis Brokkoli <u>oder</u> Karamell-pudding (g)
Menü 2 (vegetarisch)	Exotische Couscous-Pfanne mit buntem Gemüse (a'ij) Salat <u>und</u> Grießpudding (a'g)	Blumenkohl mit Käsecreme überbacken, Kartoffeln (a'g) Salat <u>oder</u> Obst	Maultaschen mit Gemüse-füllung an Tomaten-soße (a'cg) Salat <u>oder</u> Vanillaquark (g)	Lasagne „Primavera“ mit Gemüse, überbacken mit Béchamelsauce und Käse (a'cg) Salat <u>und</u> Obst	Gnocchi orientalischer Art mit Linsenbolognese und Joghurt-Minze-Dip (a'cgj) Salat <u>und</u> Karamellpudding (g)
Menü 3	Kartoffelecken mit Ketchup Dip (ij,6) Salat <u>und/oder</u> Grießpudding (a'g)	Spätzle (a'c) mit Bratensoße (R;i) Salat <u>und/oder</u> Obst	Kartoffeln mit Remouladensoße (cj) Salat <u>und/oder</u> Vanillaquark (g)	Knöpfle (a'c) mit Bratensoße (R;i) <i>(Auf Wunsch mit Puten Saiten (G;ij,12))</i> Salat <u>und/oder</u> Obst	Reis mit Rahmsoße (R;gi) Brokkoli, Salat <u>und/oder</u> Karamellpudding (g)

a = glutenhaltige Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse
 a¹ = Weizen; a² = Roggen; a³ = Gerste; a⁴ = Hafer; a⁵ = Dinkel; a⁶ = Kamut
 b = Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse
 c = Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
 d = Fische und daraus hergestellte Erzeugnisse
 e = Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse
 f = Sojabohnen und daraus hergestellte Erzeugnisse
 g = Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse
 h = Schalenfrüchte
 h¹ = Mandeln; h² = Haselnuss; h³ = Walnuss; h⁴ = Kaschunuss; h⁵ = Pecannuss; h⁶ = Paranuss;
 h⁷ = Pistazie; h⁸ = Macadamia oder Queenslandnuss

i = Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse
 j = Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
 k = Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse
 l = Schwefeldioxid und Sulfite in Konzentrationen mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l, als SO₂ angegeben
 m = Lupinen und daraus hergestellte Erzeugnisse
 n = Weichtiere und daraus hergestellte Erzeugnisse
 1 = mit Konservierungsstoff; 2 = mit Antioxidationsmittel; 3 = mit Geschmacksverstärker;
 4 = mit Phosphat/Stabilisator; 5 = mit Farbstoff; 6 = mit Süßstoff; 7 = geschwärzt

VOGO – VOlkorn Gemüse Obst.
 Wir bieten täglich ein Gericht im Sinne einer ausgewogenen Ernährung an. Die Summe der Speisen wird über den Zeitraum von 4 Wochen betrachtet. Es beinhaltet die Zusammensetzung und Abwechslung aus den 7 Lebensmittelgruppen*. Die Speisen sind mit unserem Logo auf dem Speiseplan gekennzeichnet.



* 7 Lebensmittelgruppen:
 1. Getreide/Getreideprodukte/Kartoffeln, 2. Gemüse und Salat, 3. Obst, 4. Milch und Milchprodukte, 5. Fleisch, Wurst, Fisch und Eier, 6. Öle und Fette, 7. Getränke