

# Speiseplan 09.01.22 - 03.02.23

## Mo

## Di

## Mi

## Do

## Fr

Menü I (vegetarisch)

	6 Februar	7 Februar	8 Februar	9 Februar	10 Februar
	<b>Nudelaufauf</b> Vollkornnudeln und Gemüsestreifen (Lauch, Karotten, Sellerie) Käse überbacken	<b>Gnocchi</b> (Kartoffelnocken) mit Basilikumsoße	<b>Eier-Omelett</b> mit Rahmspinat und Kartoffeln	<b>Gemüse-Bulgur</b> (Paprika, Lauch, Mais, Karotten) Käse Emmentaler	<b>Gemüse-Bratlinge</b> (Kartoffeln, Erbsen, Karotten) mit Kräuter-Dip
Menü II	<b>Kaiserschmarrn</b> (Mehlspeise) mit Apfelsmus	<b>Lachslasagne</b> (Nudelgericht) mit Lachswürfel, Spinat und Mozzarella	<b>Pizza Margherita</b> (Tomaten, Mozzarella)	<b>Gulasch</b> (Rind, Paprika, Zwiebel) mit Semmelklöße	<b>Klassische Maultaschen</b> (Nudelgericht) mit buntem Kartoffelsalat
Menü III	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>
Vorspeise	<i>Kartoffelsuppe</i>	<i>Blattsalat (grün) mit Dressing</i>	<i>Gurkensticks mit Joghurt dip</i>	<i>Mixsalat mit Dressing</i>	<i>Tomatensuppe</i>
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i>	<i>Schoko-Pudding</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Gries-Pudding</i>	<i>Obst der Saison</i>

Menü I (vegetarisch)

	13 Februar	14 Februar	15 Februar	16 Februar	17 februar
	<b>Ravioli</b> (Nudeltaschen mit Spinat und Ricotta gefüllt) mit Tomatensoße	<b>Kürbis-Kartoffelgemüse</b> mit Fetakäse überbacken	<b>Chili sin Carne vegetarisch</b> (Bohnen, Mais, Paprika) mit Ciabatta	<b>Möhren-Kichererbsen-Gemüse</b> mit Bulgur und Kräuterjoghurt	<b>Gyros vegetarisch</b> mit Zwiebel, Gemüse-Reis (Sellerie, Lauch, Tomate) Knobidip
Menü II	<b>Gemüse-Eintopf</b> (Kartoffeln, Erbsen, Blumenkohl) mit Vollkornbrötchen	<b>Käse-Makkaroni vegetarisch</b> Nudelgericht, Käse	<b>Hühner-Frikassée</b> mit Reis (Erbsen, Karotten)	<b>Fischstäbchen</b> (Seelachs) mit Rosmarinkartoffel und Remoulade	<b>Spaghetti Bolognese vegetarisch</b> (Tomaten, Tofu, Karotten, Sellerie)
Menü III	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>
Vorspeise	<i>Chinakohl mit Joghurt-Dressing</i>	<i>Tomatensalat</i>	<i>Karottensticks mit Quarkdip</i>	<i>Gemüsebrühe (Karotten, Sellerie, Lauch) mit Pfannkuchenstreifen</i>	<i>Mixsalat (grün) mit Dressing</i>
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i>	<i>Joghurt/ Rote Grütze</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Vanille-Pudding</i>	<i>Obst der Saison</i>

Menü I (vegetarisch)

	20 Februar	21 Februar	22 Februar	23 Februar	24 Februar
	<b>Kartoffeltasche</b> mit Frischkäse gefüllt, Rahm-Karotten	<b>Dampfnudel (Mehlspeise)</b> mit Vanillesoße	<b>Gemüse-Lasagne</b> (Nudelgericht mit Käse überbacken) mit Karotten, Erbsen, Paprika, Tomaten	<b>Gnocchi al Forno</b> (Kartoffelgericht) Tomaten, Parmesan überbacken	<b>Herzhafte Pfannkuchen</b> mit Gemüseragout (Karotten, Kohlrabi, Zucchini)
Menü II	<b>Tortellini</b> (Nudeln, gefüllt mit Spinat und Ricotta) Käse-Sahne-Soße	<b>Schnitzel (Geflügel)</b> mit Kartoffel-Gratin	<b>Kartoffelpuffer</b> mit Apfelsmus	<b>Lachsfilet</b> mit Schwenkgemüse (Karotten, Kohlrabi, Erbsen) und Vollkorn-Nudeln	<b>Linseneintopf</b> mit Vollkornbrötchen
Menü III	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>
Vorspeise	<i>Gurkensalat</i>	<i>Kürbis-Cremesuppe</i>	<i>Blattsalat mit Dressing</i>	<i>Paprikasticks mit Joghurt dip</i>	<i>Eisbergsalat mit Hausdressing</i>
Nachspeise	<i>Mini-Windbeutel</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Schoko-Pudding</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Gries-Pudding</i>

Menü I (vegetarisch)

	27 Februar	28 Februar	1 März	2 März	3 März
	<b>Kartoffel-Bohnen-Eintopf</b> mit Vollkornbrötchen	<b>Gemüse Cous Cous</b> (Erbsen, Karotten, Paprik) mit Minzjoghurt	<b>Gemüse-Curry</b> mit Vollkorn-Reis (Kichererbsen, Kohl, Blattspinat, Karotten, Kokosmilch)	<b>Canneloni</b> (Nudelgericht, gefüllt mit Spinat/ Ricotta) mit Tomatensoße und Hartkäse	<b>Rote Linsenbolognese</b> mit Vollkorn-Penne
Menü II	<b>Spaghetti</b> (Vollkorn) und Tomaten-Paprikasoße	<b>Käsespätzle</b> (Gouda u. Emmentaler Käse) Röstzwiebeln	<b>Backfisch</b> (Seelachfilet in Knusperpanade) mit Kartoffel-Gurkensalat und Remoulade	<b>Bratwurst</b> (Geflügel) mit Kartoffelstampf, Rotkohl	<b>Blumenkohl-Knuspermedaillons</b> mit Süßkartoffelaufauf
Menü III	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>	<b>Bunter Salatteller</b>
Vorspeise	<i>Karottensalat</i>	<i>Endiviensalat mit Knoblauchdressing</i>	<i>Gemüsebrühe (Karotten, Lauch, Sellerie) Backerbsen</i>	<i>Blattsalat mit Dressing</i>	<i>Bauernsalat (Paprika, Tomate, Gurke, Oliven, Feta ...)</i>
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i>	<i>Apfel-Streuselkuchen</i>	<i>Obst der Saison</i>	<i>Vanille-Pudding</i>	<i>Obst der Saison</i>

**Allergene**  
a = Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon  
a1 = enthält Weizen wie Dinkel, Khorasan-Weizen,  
a2 = enthält Roggen,  
a3 = enthält Gerste,  
a4 = enthält Hafer)\*  
b = enthält Krebstiere\*,  
c = enthält Eier\*,  
d = enthält Fisch\*,  
e = enthält Erdnuss\*,  
f = enthält Soja\*,  
g = enthält Milch\*,  
h = Schalenfrüchte  
h1 = enthält Mandeln\*,  
h2 = enthält Haselnüsse\*,  
h3 = enthält Walnüsse\*,  
h4 = enthält Kaschunüsse\*,  
h5 = enthält Pecannüsse\*,  
h6 = enthält Paranüsse\*,  
h7 = enthält Pistazien\*,  
h8 = enthält Macadamia- oder Queenslandnüsse)\*  
i = enthält Sellerie\*,  
j = enthält Senf\*,  
k = enthält Sesamsamen\*,  
l = enthält Schwefeldioxid/Sulfite,  
m = enthält Lupinen\*,  
n = enthält Weichtiere\*

**Zusatzstoffe**  
1) mit Farbstoff  
2) mit Konservierungsstoff  
3) mit Antioxidationsmittel  
4) mit Geschmacksverstärkern  
5) geschwefelt  
6) geschwärzt  
7) gewachst  
8) mit Phosphat  
9) mit Süßungsmitteln  
10) enthält eine Phenylalaninquelle  
11) ab 100g Tafelsüße pro kg: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken  
12) konserviert mit Thiabendazol

Zu allen Rohkostsalaten wird optional eine Nuss-/Saatenmischung als Topping bereitgestellt, die Allergene der Gruppen e und h enthalten.

Wir möchten dazu beitragen, dass Lebensmittel vor dem Verfall gerettet werden und nicht im Müll landen. Bereitgestellte, aber nicht abgeholte Speisen werden an soziale Einrichtungen oder andere Personen abgeben.

Die Menülinie I unserer Mittagsverpflegung (grau hinterlegt) hat eine DGE-Zertifizierung erhalten und wurde mit dem nebenstehenden Logo ausgezeichnet. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“, der als vollwertiges Angebot Leistung und Wohlbefinden fördern soll. Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft. Durch jährliche Audits wird die Qualität langfristig gesichert.

Wir achten auf den Einsatz regionaler und saisonaler Produkte.

Wir achten auf den Einsatz regionaler und saisonaler Produkte, als auch zahlreichen BIO-Erzeugnissen die den Anforderungen der EG-Öko-VO entsprechen. Die Auflistung der Zutaten in Bio-Qualität finden Sie im Internet unter [www.tastentext.de/files/bio](http://www.tastentext.de/files/bio)

Die Speisen enthalten kein Schweinefleisch - ebenso werden in der Herstellung keine aus Schwein erzeugten Produkte verwendet. Die Fleischarten sind, wo Teil des Menüs, dort angegeben. Sonstige Menüs sind vegetarisch.

\* und daraus gewonnene Erzeugnisse