



# SPEISEPLAN

## Schule



**26.06.2023 bis**

**AWO und AOK wünschen Ihren Kindern einen guten Appetit!**

Woche 5	Mittagessen 1	Mittagessen 2 - vegetarisch
Montag 26.06.23	Hähnchenbrustfilet Piccata in Käse- Eihülle (1/b/c) mit Tomatensoße (a1/b) und Spirelli (a1/c) Obst	Cheese Nuggets (a/1/b) Ketchup mit Süßkartoffelpüree (b) Obst
Dienstag 27.06.23	Chickenhaxen (a/c/k) mit Bratensoße dazu Reis Salat (2/9)	Spaghetti (a1/b) mit Gemüse-Bolognese (a1/b/k) Salat (2/9)
Mittwoch 28.06.23	Grießklößchensuppe mit Gemüse(a1/b) Hot- Dog (a*c2/3/5/6) zum selbstbelegen mit Gurke und Röstzwiebeln Obst	Grießklößchensuppe mit Gemüse(a1/b) Kaiserschmarrn (a1/b/c) mit Vanillesoße (1/9/b) Obst
Donnerstag 29.06.23	Geflügelfrikadelle(a1/b/c/m/i) mit Rahmwirsing (a1/b) und Salzkartoffeln Fruchtjoghurt (b)	Blumenkohlrisotto mit Sauce Hollandaise (b/c) und Kartoffeln Fruchtjoghurt (b)
Freitag 30.06.23	Spaghetti (a1/c) mit Käse- Sahne- Soße(a1/b) mit Broccoli Quarkdessert (b,9)	Gemüse- Maultaschen (a1/b/c/k) in Wurzelgemüsesoße (a1/b/k) Quarkdessert (b,9)

Alle Menüs wurden auf Grundlage der Empfehlungen der Deutsche Gesellschaft für Ernährung sowie der **AOK**-Ernährungsexpertinnen zusammengestellt. Bitte berücksichtigen Sie bei Ihrer Menüauswahl, dass für eine gute Entwicklung Ihres Kindes **maximal 2 x wöchentlich mageres Muskelfleisch und mindestens 1 x wöchentlich Fisch** (vorzugsweise Lachs, Thunfisch, Makrele oder Hering) ausgewählt werden. Die restlichen Wochentage sollten durch vegetarische Gerichte ergänzt werden.

Zusatzstoffe und Hauptallergene\*: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Phosphat, 4) geschwefelt, 5) mit Antioxidationsmittel, 6) mit Geschmacksverstärker, 7) geschwärzt, 8) gewachst, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12) mit Milcheiweiß, 13) mit Eiklar, 17) koffeinhaltig, a) Glutenhaltiges Getreide, b) Milch (einschließlich Laktose), c) Ei, d) Fisch, e) Krebstiere, f) Soja, g) Erdnüsse, h) Schalenfrüchte/Nüsse, i) Sesam, k) Sellerie, m) Senf, o) Schwefeldioxide und Sulfid, r) Lupine, s) Weichtiere, zu den einzelnen Getreidesorten /Schalenfrüchten fragen Sie bitte unseren Betriebsküchenleiter.

**Änderungen vorbehalten!**  
**Das Küchenteam ist erreichbar unter Tel. 09281/7891622**



Unser Rücken  
unser stärkendes Gerüst

Wertvolle Tipps für  
den Alltag

[Hier klicken oder scannen](#)

