

Speiseplan Schule

vom 16.03.2026 bis 22.03.2026



AWO und AOK wünschen Ihren Kindern einen guten Appetit!

KW 12 / 4	Schule Mittagessen 1 Vegetarisch	Schule Mittagessen 2	Extra
Montag 16.03.2026	Kichererbsen- Kürbispfanne (p,q) dazu Penne	Käse- Laucheintopf mit Hackfleisch vom Rind (01) (p,q) dazu Brötchen (a,aa,ac,f)	Obst
Dienstag 17.03.2026	Rührei (c,i,p,q) mit Rahmspinat (a,aa,p,q) und Kartoffeln	Bunter Nudeleintopf mit Hühnerfleisch (04) (a,aa,c,i,p,q) dazu Vollkornbrot	Bananenjoghurt
Mittwoch 18.03.2026	Kaiserschmarrn (a,aa,c,p,q) mit Vanillesoße (01) (p,q)	Seelachs paniert (a,aa,d) mit Remoulade (14) (a,aa,c,j,p,q) und Kartoffelsalat (03,09) (l)	Möhrencremesuppe (a,aa,p,q) Obst
Donnerstag 19.03.2026	Farfalle (a,aa) mit Käsesoße (01) (a,aa,p,q)	Gebackene Hähnchenkeule mit Geflügelsoße (01) (a,aa,p,q) dazu Karottenpüree (p,q)	Salat (02,03,14) (l)
Freitag 20.03.2026	Spätzle (a,aa,c) mit Champignonsoße (03) (a,aa,p,q)	Brathering mit Sauersud dazu Kartoffeln	Erdbeerpudding (01) (p,q)

Aufgrund von saisonalen Gegebenheiten sind kurzfristige Änderungen im Speiseplan möglich !

01=mit Farbstoff; 02=mit Konservierungsstoff; 03=mit Antioxidationsmittel; 04=mit Geschmacksverstärker; 09=mit Süßungsmittel; 14=mit Zuckerart(en) und Süßungsmittel(n)

a=Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen oder deren Hybriddärme) und daraus gewonnene Erzeugnisse; aa=Weizen; ac=Gerste; c=Eier und -erzeugnisse; d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse; f=Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse; l=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse; j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse; l=Schwefeldioxid und Sulfite (Konzentration mehr als 10mg/kg oder 10mg/l), ausgedrückt als SO2; p=Milch und Milchprodukte; q=Lactose

Es kann nicht ausgeschlossen werden, das Spuren von Allergenen in den Speisen enthalten sind

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.

Änderungen vorbehalten!
Das Küchenteam ist erreichbar unter Tel. 09281/1602990

Was ist der Flamingo-Test?

