

# Speiseplan Schule

vom 02.02.2026 bis 08.02.2026



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

KW 6 / 5	Schule Mittagessen 1 Vegetarisch	Schule Mittagessen 2	Extra
<b>Montag 02.02.2026</b>	Pasta Gnocchi (Nudelteig) <sup>(a,aa)</sup> mit Spinat- Gorgonzolasoße <sup>(a,aa,p,q)</sup>	Hähnchenbrustfilet Piccata mit Tomatensoße <sup>(a,aa,p,q)</sup> dazu Spirelli <sup>(a,aa)</sup>	Obst
<b>Dienstag 03.02.2026</b>	Kartoffelgemüseauflauf mit <sup>(c,i,p,q)</sup> Kräutersoße <sup>(a,aa,p,q)</sup>	Geflügelfrikadelle, Geflügelbratensoße <sup>(01)</sup> <sup>(a,aa,p,q)</sup> mit Rahmwirsing <sup>(a,aa,p,q)</sup> und Kartoffeln	Heidelbeerjoghurt
<b>Mittwoch 04.02.2026</b>	Grießbrei <sup>(a,aa,p,q)</sup> mit Zucker- Zimtmischung und Fruchtsoße <sup>(01)</sup>	Seehecht gebacken <sup>(a,aa,d)</sup> mit Balkangemüseragout <sup>(a,aa,p,q)</sup> dazu Kartoffelpüree <sup>(p,q)</sup>	Lauchcremesuppe <sup>(a,aa,p,q)</sup> Obst
<b>Donnerstag 05.02.2026</b>	Gemüsefrikadelle <sup>(a,aa,c)</sup> mit Kräutersoße <sup>(a,aa,p,q)</sup> dazu Süßkartoffelpüree <sup>(p,q)</sup>	Hamburger zum selbst belegen: Brötchen, <sup>(a,aa,k)</sup> Burger Patty, <sup>(l)</sup> Burgersoße, <sup>(02,14)</sup> Tomaten- Gurkenscheiben und Eisbergsalat <sup>(01,02,09)</sup>	Salat <sup>(02,03,14)</sup> <sup>(l)</sup>
<b>Freitag 06.02.2026</b>	Bandnuedeln kurz <sup>(a,aa)</sup> mit Tomatensoße <sup>(a,aa,p,q)</sup> Reibekäse <sup>(p,q)</sup>	Putengeschnetzeltes mit Champignon <sup>(a,aa,p,q)</sup> dazu Klöße	Vanillepudding <sup>(01)</sup> <sup>(p,q)</sup>

Aufgrund von saisonalen Gegebenheiten sind kurzfristige Änderungen im Speiseplan möglich !

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

a=Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen oder deren Hybriddämmen) und daraus gewonnene Erzeugnisse; aa=Weizen; c=Eier und -erzeugnisse; d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse; i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse; j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse; k=Sesamsamen und -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 stärkt unser Immunsystem?**

