



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

KW 17 / 2	Schule Mittagessen 1 Vegetarisch	Schule Mittagessen 2	Extra
<b>Montag</b> <b>20.04.2026</b>	Bunte Farfalle (a,aa) mit Champignon- Käsesoße (01,03) (a,aa,p,q)	Geflügelbratwurst, (i,p,q) Geflügelsoße (01) (a,aa,p,q) mit Sauerkraut (02) (l,p,q) und Kartoffeln	Obst
<b>Dienstag</b> <b>21.04.2026</b>	Süßkartoffeleintopf (04) (a,aa,i,p,q) dazu Vollkornbrot	Rinderhacksteak, Feta- Gemüsefüllung mit Paprikasoße (a,aa,p,q) dazu Ebly (a,aa)	Mangojoghurt (p,q)
<b>Mittwoch</b> <b>22.04.2026</b>	Grieß- Quark- Auflauf mit Früchten (a,aa,c,p,q) dazu Vanillesoße (01) (p,q)	Gebackenes Kabeljaufilet (03) (a,aa,d,l) mit Dillsoße (a,aa,p,q) und Kartoffelpüree (p,q)	Tomatensuppe (a,aa,p,q)  Obst
<b>Donnerstag</b> <b>23.04.2026</b>	Gemüsepaella (Paprika / Mais / Zuckerschoten / Bohnen / Tomaten / Karotten) dazu Kräuterdip (p,q)	Hähnchenbrustfilet Natur, dazu Geflügelsoße (01) (a,aa,p,q) mit Mischgemüse (a,aa,p,q) und Reis	Salat (02,03,14) (l)
<b>Freitag</b> <b>24.04.2026</b>	Vegetarische Paprikaschote (a,aa,i,j) mit Tomatensoße (a,aa,p,q) dazu Reis	Fischstäbchen Kräutersoße (a,aa,p,q) dazu Karottengemüse (a,aa,p,q) und Kartoffelpüree (p,q)	pudding Karamell (p,q)

Aufgrund von saisonalen Gegebenheiten sind kurzfristige Änderungen im Speiseplan möglich !

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

a=Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen oder deren Hybridstämme) 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; l=Schwefeldioxid und Sulfite (Konzentration mehr als 10mg/kg oder 10mg/l), ausgedrückt als SO<sub>2</sub>; 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?**

