

Kalenderwoche 23 - 05. bis 09. Juni 2023

MONTAG 5.6.23

DIENSTAG 6.6.23

MITTWOCH 7.6.23

DONNERSTAG 8.6.23

FREITAG 9.6.23



Hühnerfrikassee (G,a,g,i) mit Gemüseeinlage (BIO,i)
Butterreis (BIO,FT,g)

Tomaten-Gemüse- Soße "Napoli Art" (BIO,aw,g,i) mit geriebenem Käse (BIO,g)
Nudeln (BIO,aw)

Kessulgulasch (aw,g,i) mit Paprikastreifen (BIO) und BIO-Rindfleisch (BIO,R)
Salzkartoffeln (BIO)

Kichererbsen (aw,c,g,h,i,m) und Porree (BIO)- Ragout (aw,g,i) mit Frühlingszwiebeln (BIO)
Vollkornnudeln (BIO,a)

Würfel von Lachs und Seelachs (F,d) in Zitronen-Dillsoße (aw,g,i) mit Gemüse (BIO)
Langkornreis (BIO,FT)



Frikassee vom Räuchertofu (a,c,f,g,i,j) mit Gemüse (BIO,i)
Butterreis (BIO,FT,g)

Ratatouille-Ragout (a,g,i) aus Zucchini, Aubergine, Paprika, Tomaten (BIO,i)
Nudeln (BIO,aw)

Quark-Schmand-Creme mit Karottenstücken (BIO,g,i) und Leinöl
Salzkartoffeln (BIO)

Rote-Linsen-Eintopf mit Kokosmilch (a,g,h,i,m) und Gemüse (BIO,i)
Vollkornbrot (BIO,aw,ar,g,h,i,k)

Gemüse (BIO)- Wokpfanne (aw,g,i) in Teriyakisoße (f)
Langkornreis (BIO,FT)

FRISCHE-
BÜFFET

Tagesobst (BIO)

Rohkostsalat (BIO)

Schokoladenpudding (g)

Joghurt (BIO,g) mit Erdbeeren (h)

Tagesobst (BIO)

Kalenderwoche 24 - 12. bis 16. Juni 2023

MONTAG 12.6.23

DIENSTAG 13.6.23

MITTWOCH 14.6.23

DONNERSTAG 15.6.23

FREITAG 16.6.23



Hähnchen- geschnetzeltes (G) mit Gemüse (BIO,i) in Rahmsoße (a,g,i)
Nudeln (BIO,aw)

<i>Vorsuppe:</i> Gemüsesüppchen (BIO,aw,g,i)
Eierkuchen (aw,c,f,g,h,i) mit Apfelmus (BIO)

Schmorpfanne (a,g,i) mit Kohl (BIO) und BIO- Rinderhackfleisch (BIO,R)
Kartoffelpüree (BIO,g)

Pfanne (a,g,i,h) aus Erbsen, Mais (BIO,i), Weißbohnen (h), Kidneybohnen (h)
Vollkornreis (BIO,FT)

Fisch-Nuggets - Seelachs - (F,aw,c,d,f,g,i,k) mit Gemüse (BIO,i)-Süß- Sauer-Soße (a,g,i,i)
Nudeln (BIO,aw)



Geschnetzeltes vom Gemüse (BIO,i) in Rahmsoße (a,g,i)
Nudeln (BIO,aw)

Käse-Makkaroni- Auflauf (BIO,c,g,i) mit gemischtem Gemüse (BIO,i)

Zucchini- Kräutersoße (BIO,a,g,i)
Kartoffelpüree (BIO,g)

Karotten- Kartoffel-Eintopf (BIO,aw,g,i)
Vollkornbrot (BIO,aw,ar,g,h,i,k)

Linsenbolognese (aw,c,g,h,i,m) mit Tomaten, Möhren und Sellerie (BIO)
Nudeln (BIO,aw)

FRISCHE-
BÜFFET

Tagesobst (BIO)

Rohkostsalat (BIO)

Erdbeerpudding (g,h)

Joghurt (BIO,g) mit Kirschen

Tagesobst (BIO)

Kalenderwoche 25 - 19. bis 23. Juni 2023

MONTAG 19.6.23

DIENSTAG 20.6.23

MITTWOCH 21.6.23

DONNERSTAG 22.6.23

FREITAG 23.6.23



Würstchen-Gulasch (G,aw,c,f,g,i,j,2,3,8) in Tomaten (BIO,i)- Ragout
Nudeln (BIO,aw)

Eier-Senf- Ragout (a,c,g,i,j) mit Gemüse (BIO,i)
Salzkartoffeln (BIO)

Rahmpilz- Geschnetzeltes (a,g,i) vom BIO-Rind (BIO,R)
Langkornreis (BIO,FT)

Tofuwürfel (aw,f,i) in fruchtiger Kokosmilch-Gemüsesoße (BIO,aw,g,i)
Vollkornnudeln (BIO,a)

Fischtopf (aw,c,g,h,i,m) aus gelben Erbsen- Gemüse (BIO), Lachs und Seelachs (F,d)
Langkornreis (BIO,FT)



Käsesoße (BIO,a,g,i) mit Spinat (BIO)
Nudeln (BIO,aw)

Gurken-Dill-Quark (BIO,g,i) mit Leinöl
Salzkartoffeln (BIO)

Linsen-Curry (aw,c,g,h,i,m) mit Kartoffelwürfel (BIO)
Langkornreis (BIO,FT)

Gemüse-Eintopf (BIO,a,g,i) mit Vollkornnudeln (BIO,a)
--

Grillgemüse-Pfanne - Zucchini, Paprika, Mais, Tomaten (BIO,aw,g,i)
Langkornreis (BIO,FT)

FRISCHE-
BÜFFET

Tagesobst (BIO)

Rohkostsalat (BIO)

Quark (BIO,g) mit Vanille

Joghurt (BIO,g) mit Früchten

Tagesobst (BIO)

Kalenderwoche 26 - 26. bis 30. Juni 2023

MONTAG 26.6.23

DIENSTAG 27.6.23

MITTWOCH 28.6.23

DONNERSTAG 29.6.23

FREITAG 30.6.23



Geflügel- Bällchen (G,a,c,f,g,i,j)
Rahmerbsen (BIO a,g,i)
Salzkartoffeln (BIO)

<i>Vorsuppe:</i> Gemüsesüppchen (BIO,aw,g,i)
Grießbrei (BIO,a,g,h) + kalte Kirschgrütze (a,g,i)

Tomaten-Gemüsesoße (a,g,i) mit BIO-Rinderhack (BIO,R) und geriebenem Käse (BIO,g)
Nudeln (BIO,aw)

Chili-Sin-Carne (a,g,h,i,m) - Bohnen, Mais, Paprika, Tomaten, Zwiebeln
Vollkornreis (BIO,FT)

Frischkäsesoße (BIO,a,g,i) mit Gemüse (BIO,i)
Nudeln (BIO,aw)



Kräuter- Gemüsesoße (BIO,aw,g,i)
Salzkartoffeln (BIO)

Käse-Lauch- Gemüsesoße (BIO,a,g,i)
Langkornreis (BIO,FT)

Vegetarische Tomaten- Gemüsesoße (a,g,i) und geriebenem Käse (BIO,g)
Nudeln (BIO,aw)

Tomaten- Gemüse-Eintopf (BIO,aw,g,i)
Vollkornbrot (BIO,aw,ar,g,h,i,k)

Würfel vom Seelachs (F,a,g,d) in Gemüse- Ratatouille (BIO,i)
Nudeln (BIO,aw)

FRISCHE-
BÜFFET

Tagesobst (BIO)

Rohkostsalat (BIO)

Quark (BIO,g) mit Früchten

Joghurt (BIO,g) mit Erdbeeren (h)

Tagesobst (BIO)

Das Frische-Büffet wird zu beiden Mittagessen angeboten.
Bei diesem Speiseplan handelt es sich um das monatliche Grundangebot
an Menüs und Speisen, das sich je nach Schule unterscheiden kann.
Änderungen im Speiseplan sind vorbehalten.
Einzelne Speisekomponenten solange Vorrat reicht.

Allergen-Kennzeichnung *
* alle Speisen können Spuren der aufgelisteten Allergene enthalten

a glutenhaltige Getreide	ad Dinkel	e Erdnüsse (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)
aw Weizen	ak Kamut	f Soja (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)
ar Roggen	b Krebstiere (-Erzeugnisse)	g Milch (-Erzeugnisse einschließlich Laktose)	l Schwefeldioxid und Sulfite >10 mg /kg/l
ag Gerste	c Eier (-Erzeugnisse)	h Schalenfrüchte (Nüsse)	m Lupinen (-Erzeugnisse)
ah Hafer	d Fisch (-Erzeugnisse)	i Sellerie (-Erzeugnisse)	n Weichtiere (-Erzeugnisse)

Vegetarische Speise	Speise mit Fleisch	Speise mit Fisch	(BIO) = Bio-Lebensmittel Bio-Zertifikat DE-ÖKO-070 (FT) = Fair-Trade-Produkt
100%-BIO-Lebensmittel: alle Gemüsesorten, alle Stärkebeilagen (Kartoffeln, Nudeln, Reis), alle Milchprodukte (Milch, Joghurt, Quark) und Rindfleisch			
Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe			
1 mit Farbstoff	6 geschwärzt	11 mit Zuckerarten, Süßungsmitteln	R Rindfleisch
2 mit Konservierungs- stoff	7 gewachst	12 mit Zucker- austauschstoffen	S Schweinefleisch
3 mit Antioxidations- mittel	8 mit Phosphat	13 mit Chinin	G Geflügelfleisch
4 mit Geschmacks- verstärker	9 mit Süßungs- mitteln	14 mit Koffein	F Fisch
5 geschwefelt	10 enthält eine Phenylalaninquelle		EU-Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln

- ✓ TÄGLICH FRISCH ZUBEREITET
- ✓ NATÜRLICH SELBSTGEMACHT
- ✓ REGIONALE BIO-LEBENSMITTEL
- ✓ DGE-QUALITÄTSSTANDARD