

Speiseplan OHNE LAKTOSE

Grund- und Mittelschulen - Frühling 2026

Speiseplan 002				
	1. WOCH	2. WOCH	3. WOCH	4. WOCH
Montag	TELLERGERICHT Krautsalat Julienne Pizza margherita (mit laktosefreiem Mozzarella) Ofen-Zucchini Obst	Tomatensalat Vollkornnudeln "alla Norma" Hähnchenwürfel in Zitronensauce S Brokkoli in Öl geschwenkt Obst - Weißbrot	Gurkensalat Safranrisotto (OHNE BUTTER) Truthahnbraten mit Thunfisch-Mayonnaise-Soße S Spinat in Öl geschwenkt Laktosefreie Fruchtjoghurt - Weißes Brötchen	TELLERGERICHT Karottensalat julienne Gemüse-Lasagne (ohne Milch und Milchprodukte) Marillentörtchen - Vollkornbrot
Dienstag	Fenchelsalat Julienne Nudeln in Öl geschwenkt mit Reibekäse (Grana) S Forellen-Quinoa-Gemüse-Flan S Brokkoli in Öl geschwenkt Obst - Roggenbrötchen	Karottensalat Julienne S Eierteig-Spätzle mit Öl und Grana-Käse S Erbsen mit Tomatensoße S Grüne Bohnen in Öl geschwenkt Obst - Kleines Weißbrot	TELLERGERICHT Tomatensalat Bohnensuppe mit Nudeln S Blumenkohl in Öl geschwenkt Rührkuchen (torta Margherita) - Weißbrot	TELLERGERICHT Krautsalat Julienne Gulasch und Reis mit Öl und Grana-Käse S Karotten in Öl geschwenkt Obst - Roggenbrötchen
Mittwoch	TELLERGERICHT Grüner Salat Truthahn-Geschnetzeltes in Tomatensoße und Reis mit Öl und Grana S Grüne Bohnen in Öl geschwenkt Obst - Weißbrot	Gurkensalat Karottencreme S Flunder nach Pizzaiola-Art Ofenkartoffeln Apfel-Zimt-Kuchen - Bruchetta mit Tomatensoße	Krautsalat Julienne Nudeln in Öl geschwenkt mit Reibekäse (Grana) Hähnchenoberkeule mit Knochen S Karotten in Öl geschwenkt Obst - Roggenbrötchen	Tomatensalat Nudeln mit Basilikumpesto nach Ligurischer Art (S) Truthahn aus der Pfanne Obst - Weißbrot
Donnerstag	Karottensalat Julienne Hülsenfrüchtesuppe Laktosefreier Stracchino-Käse S Spinat in Öl geschwenkt S Erdbeereis - Weißes Brötchen	TELLERGERICHT Krautsalat julienne Lasagne Bolognese (ohne Milch und Milchprodukte) S Blumenkohl in Öl geschwenkt Laktosefreie Fruchtjoghurt - Roggenbrötchen	TELLERGERICHT Gurkensalat Pizza Margherita (mit laktosefreiem Mozzarella) S Ofen-Zucchini Obst	Krautsalat Julienne Nudeln mit Gemüsesoße S Knuspriger Kabeljau S Mangold in Öl geschwenkt Obst - Roggenbrötchen
Freitag	Gurkensalat Risotto mit Tomatensoße OHNE BUTTER Schweinebraten mit einer feinen Rosmarin-Gemüse-Sauce Laktosefreie Fruchtjoghurt - Roggenbrötchen	Grüner Salat Nudeln mit Tomatensauce Kartoffel-Eier-Auflauf mit Putenschinken S Mangold in Öl geschwenkt Obst - Vollkornbrot	Krautsalat Julienne Nudeln in Öl geschwenkt mit Reibekäse (Grana) S Kabeljau-Kroketten, Kartoffeln und Karotten mit Zitronenabrieb Obst - Roggenbrötchen	Fenchelsalat Julienne Tomaten-Kartoffeln-Cremesuppe S Geschmorte vegetarischer Burger Laktosefreie Fruchtjoghurt Weißbrot

S = Das Gericht kann Tiefkühlprodukte enthalten. Um den Ernährungsplan vielseitiger zu gestalten, kann es sein, dass zusätzlich zu den im Menü angegebenen Tiefkühlprodukten weitere TK-Erzeugnisse verwendet werden.

Die Rezepte für die Zubereitung müssen immer ganz genau eingehalten werden.

Das Lebensmitteletikett ist auf das Vorhandensein möglicher Allergene oder Allergenspuren zu überprüfen.

Sollte ein Produkt nicht geeignet sein, muss das Produktbüro/der Diätassistent kontaktiert werden.

Dieser Speiseplan wurde anhand der Informationen, die zum Zeitpunkt der Ausarbeitung vorlagen, entwickelt. Sollten sich die Zutaten/Allergene gemäß dem Produktdatenblatt bzw. Produktetikett des Herstellers ändern, wird der Speiseplan überarbeitet.