

GLUTENFREIER Speiseplan

Grund- und Mittelschulen - Frühling 2026

Erstellt am: 12/02/2026

Überarbeitet am:

Rev.00 Diätassistentin: Ripalta Pugliese

Speiseplan C001				
	1. WOCHE	2. WOCHE	3. WOCHE	4. WOCHE
Montag	TELLERGERICHT Krautsalat Julienne S Glutenfreie Pizza Margherita (Dr. Schär) Fenchel in Öl geschwenkt Obst	Grüner Salat Glutenfreie Nudeln mit Öl und Reibekäse S Kabeljau mit Zitronensauce und Zucchini Fruchtojoghurt S Glutenfreies Brot	Gurkensalat Glutenfreie Nudeln mit Ricotta und Tomatensoße S Geschmorte Erbsen S Blumenkohl in Öl S Eis S Glutenfreies Brot	Glutenfreie Nudeln mit Zucchini-Pesto Caprese S Grüne Bohnen in Öl Obst S Glutenfreies Brot
Dienstag	Grüner Salat Glutenfreie Nudeln mit Öl und Reibekäse S Passera alla pizzaiola S Brokkoli in Öl geschwenkt Obst S Glutenfreies Brot	TELLERGERICHT Tomatensalat Gulasch mit Pilaw Reis S Karotten in Öl geschwenkt Obst S Glutenfreies Brot	Karottensalat Julienne Gratinierter Keks Glutenfreie Pasta mit Ragù S Grüne Bohnen in Öl Fruchtojoghurt S Glutenfreies Brot	TELLERGERICHT Krautsalat Julienne S Glutenfreie Lasagne S Karotten in Öl geschwenkt Obst S Glutenfreies Brot
Mittwoch	Tomatensalat Glutenfreie Nudelnsuppe Hamburger (Rind) mit Gemüse Obst S Glutenfreies Brot	TELLERGERICHT Gurkensalat S Glutenfreie Lasagne S Spinati in Öl geschwenkt Vanillepudding S Glutenfreies Brot	Tomatensalat Reis in Öl geschwenkt ohne Reibekäse Truthahnroulade mit Eierpfannkuchen und Zucchini gefüllt, dazu Obst S Glutenfreies Brot	Gurkensalat Karottencremesuppe Rosmarin-Hähnchen-Häppchen Ofenkartoffeln Fruchtojoghurt S Glutenfreies Brot
Donnerstag	Krautsalat Julienne S Glutenfreie Cowboy-Nudeln (Bohnen aus der Dose) Stracchino S Karotten in Öl geschwenkt Glutenfreies Dessert S Glutenfreies Brot	Tomatensalat Kichererbsenhummus (mit Kichererbsen aus der Dose) mit Brotcroutons (mit glutenfreiem Brot) Putenkeulenschnitzel S (mit glutenfreien Semmelbröseln und glutenfreiem Mehl) Ofenkartoffeln Obst	TELLERGERICHT Krautsalat Julienne S Glutenfreie Pizza Margherita (Dr. Schär) Gebackene Zucchini Obst	Grüner Salat S Glutenfreie Ravioli mit Ricotta und Mangold in Butter S Gegrillter Kabeljau Obst S Glutenfreies Brot
Freitag	Karotten- und Gurkensalat Spargel-Risotto Putenbrust mit Thunfisch-Mayonnaise Gebratene Zucchini Joghurtcreme mit Obst S Glutenfreies Brot	Fenchelsalat Julienne S Glutenfreie Kartoffelgnocchi mit Butter Bohnen (aus der Dose) nach Pizzaiola-Art S Grüne Bohnen in Öl Obst S Glutenfreies Brot	Grüner Salat Hülsenfruchtsuppe (mit Hülsenfrüchten aus der Dose) S Kabeljau nach mediterraner Art Obst Bruschetta mit Tomatensoße (S Glutenfreies Brot)	TELLERGERICHT Krautsalat Julienne Tomateneintopf mit Pilawreis S Brokkoli in Öl geschwenkt Pudding auf Reisbasis S Glutenfreies Brot

S Glutenfreies Brot/Reiswaffeln kann/können mit glutenfreien Crackers oder Reiswaffeln ersetzt werden.

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.