



# Speiseplan OHNE FLEISCH

## Grundschulen und Mittelschulen - Winter 2025/2026

### Speiseplan 010

	1. WOCHE	2. WOCHE	3. WOCHE	4. WOCHE
Montag	Krautsalat Julienne  S Seelachs mit Zucchini-Zitronen-Soße  S Aprikosen-Mürbteigkuchen - Roggenbrötchen	Karottensalat Julienne  Nudeln mit Tomatensoße  S Spinat in Öl geschwenkt  Obst - Roggenbrötchen	<b>Tellergericht</b> Fenchelsalat Julienne  S Pizza Margherita PP  S Gedämpfte Karotte in Öl geschwenkt  Fruchtjoghurt	<b>Tellergericht</b> Karottensalat Julienne  <b>Streichkäse</b> dazu in Öl geschwenkte Nudeln mit Reibekäse (Grana)  Obst – Weißes Brötchen
Dienstag	<b>Tellergericht</b> Karottensalat Julienne  S Pizza Margherita PP  S Grüne Bohnen in Öl geschwenkt  Fruchtjoghurt	Krautsalat Julienne  S Eierspätzle und Spinatspätzle mit Butter  S Forellen-Quinoa-Gemüse-Pralinen PP  Obst - Weißbrot	<b>Tellergericht</b> Karottensalat Julienne  <b>Geschmorte Bohnen</b> mit Pilaw-Reis  Fenchel in Öl geschwenkt  Obst - Weißes Brötchen	<b>Tellergericht</b> Grüner Salat  S Lasagne mit Mozzarella und Tomatensauce PP  S Spinat in Öl geschwenkt  Obst – Roggenbrötchen
Mittwoch	Krautsalat Julienne  Gemüsecremesuppe mit Nudeleinlage  Stracchino-Käse Obst – Weißes Brötchen	<b>Tellergericht</b> Karottensalat Julienne  <b>Lasagne mit Mozzarella und Tomatensauce</b>  Überbackene Zucchini  Vanillepudding PP - Weißbrot	Grüner Salat  Nudeln in Öl geschwenkt mit Reibekäse (Grana)  Knusprige Kabeljau(S)-Kartoffel-Karotten-Kroketten mit etwas geriebener Zitronenschale garniert PP  S Spinat in Öl geschwenkt  Obst - Roggenbrötchen	Fenchelsalat Julienne  Nudelsuppe  <b>Kartoffel - Burger und geschmorte Karotten</b>  Joghurtcreme mit Obst – Weißbrot
Donnerstag	Grüner Salat  Nudeln in Öl geschwenkt mit Reibekäse (Grana)  <b>Verfeinerte Kichererbsen</b>  Ofenkartoffeln Obst	<b>Tellergericht</b> Krautsalat Julienne  Kürbisrisotto PP dazu Bratlinge aus Spinat (S) Ricotta und Vollkorn-Kichererbsenmehl in Tomatensoße  Obst	<b>Tellergericht</b> Krautsalat Julienne  Eierspätzle mit Butter dazu S Erbsen in Tomatensoße  Obst - Weißes Brötchen	<u>Grüner Salat</u>  Nudeln mit Gemüsesoße  <b>S Panierte Scholle</b>  Obst - Roggenbrötchen
Freitag	Fenchelsalat Julienne  S Spinatspätzle mit Butter  Panierte Auberginen  Obst – Vollkornbrot	Grüner Salat  Gersten-Risotto  <b>Panierte-käse</b>  Fruchtjoghurt - Roggenbrötchen	Knollenselleriesalat Julienne  Vollkornnudeln mit Tomatensoße  <b>Verfeinerte Linsen</b>  Obst – Weißes Brötchen	<b>Krautsalat Julienne</b>  Hausgemachte Knödel ( <b>KEIN BAUCHSPECK</b> ) mit Butter  Kichererbsen in Tomatensoße  <b>S Brokkoli</b> in Öl geschwenkt  Karotten-Zitronen-Kuchen – Weißes Brötchen

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.