

# Menüplan

12.01.2026-16.01.2026

KW 03	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Vorspeise</b>	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt Karotten-Apfel-Salat	Rohkost gemischt Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Rohkost gemischt Erbsengemüse M,Se,Hf
<b>Menü 1</b>	Kartoffelcremesuppe (mit BIO-Gemüse*) (püriert) M,Se mit Vollkornbrötchen G,Sm	Fischfilet Bordelaise E,G,F mit Reis Se und Kräutersoße G,M,Se	Rührei E,M,Se mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (mit BIOSpinat*) G,M	Pasta G,M mit Rinder-Bolognese G,Se und Reibekäse M	Hühnerfrikassee G,M,Se mit Reis Se und Erbsengemüse M,Se,Hf
<b>Menü 2 (Vegetarisch)</b>	Bunte Pasta E,G,M mit Käsesoße G,M,Se	Paprika-Mais-Puffer (aus BIO-Mais & BIO-Paprika) E,G mit Spätzle E,G,M und Tomaten-Rahmsoße (BIO)	Chili sin Carne E,G,Se,Sf,Sj,Sm,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G	Mit Frischkäse gefüllte Kartoffeltaschen M, dazu Sour Cream M	Kaiserschmarrn (BIOMilch*) E,G,M mit Apfelmus (BIO*) 2
<b>Dessert</b>	Milchreis M mit Zimt & Rohrzucker	Schoko-Kekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf, Wn	Frisches Obst	Fruchtpudding M	Frisches Obst

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milcherzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, **Sj** = Soja und Sojaerzeugnisse, **Se** = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelerzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnusserzeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamerzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senferzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungsstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen  
Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.



Empfehlung der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)



\*Bio-Speisen und \*Bio-Zutaten in Speisen kontrolliert durch Grünstempel DE-ÖKO-021