

# Speisenplan vom 19.01. - 25.01.2026 (KW 4)

Schule

Genießen mit Verantwortung

mit gutem Gewissen Klimafreundlich & nachhaltig Ihr Küchenteam

Schule

Montag der, 19. Januar 2026

Cremesuppe vom Lauch<sup>A,B,H,J,a,u</sup>

Hacksteak (v.Schw.)<sup>A,D,a</sup>

Pfefferrahmsoße<sup>2,A,B,H,a,u</sup>

Spiral-Nudeln<sup>A,a,u</sup>

Karottensalat v.Karotten<sup>2,M,u</sup>

Pfirsichwürfel<sup>u</sup>

629 kcal, 24g Eiweiß, 28g Fett, 64g KH

Dienstag der, 20. Januar 2026

Eintopf von Linsen<sup>A,J,a,u</sup>

1 Roggenbrötchen

Vanille-Pudding & Schokosoße<sup>B,H,u</sup>

Rohkost St.Peter, Hasenfänger

337 kcal, 15g Eiweiß, 2g Fett, 60g KH

Mittwoch der, 21. Januar 2026

Röstsuppe<sup>A,J,a,u</sup>

Kräutermedalion v.Spinat<sup>A,B,D,H,a,b,u</sup>

Käsesoße<sup>A,B,H,a,u</sup>

Gabelspaghetti<sup>A,a,u</sup>

Gurkensalat<sup>2,K,M,u</sup>

Apfel

591 kcal, 22g Eiweiß, 7g Fett, 107g KH

Donnerstag der, 22. Januar 2026

Kräutercremesuppe<sup>A,B,H,J,a,u</sup>

Fischfilet in Kartoffelpanade<sup>A,E,a,u</sup>

Senfsoße<sup>A,J,K,a,u</sup>

Spinat mit Rahm<sup>B,H,u</sup>

Petersilienkartoffeln<sup>u</sup>

Pudding m. Kokosflocken<sup>1,B,H,u</sup>

847 kcal, 29g Eiweiß, 47g Fett, 73g KH

Freitag der, 23. Januar 2026

Karottencreme v.Karotten<sup>A,B,H,J,a,u</sup>

geb.Hähnchenkeule<sup>A,a,u</sup>

Gemüse mit Steckrüben<sup>u</sup>

Kartoffeln<sup>u</sup>

Quark von Johannisbeere<sup>B,H,u</sup>

## Sonderkostformen, wie lactosefrei, glutenfrei, leichte Vollkost etc. sind gesondert anzufordern.

Sie finden im Intranet und als Aushang auf den Stationen die Liste der enthaltenen Zusatzstoffe und Allergene. Trotz aller Sorgfalt können wir nicht ausschließen, dass Spuren von Allergenen durch Kreuzkontaminationen enthalten sind. Wir verwenden bestimmte Lebensmittel ausschließlich in Bio-Qualität. Nach regionaler Verfügbarkeit setzen wir Obst und Gemüse aus ökologischer Landwirtschaft ein. Wir verarbeiten Rind und Schweinefischfleisch ausschließlich, als auch überwiegend Geflügel aus Artgerechter Haltung (Neuland, FairMast). Alle Fischqualitäten werden aus nachhaltiger Fischerei (Standard MSC) verarbeitet.

Änderungen vorbehalten

# Speisenplan vom 19.01. - 25.01.2026 (KW 4)

Schule

Genießen mit Verantwortung

mit gutem Gewissen Klimafreundlich & nachhaltig Ihr Küchenteam

Schule

821 kcal, 50g Eiweiß, 39g Fett, 60g KH

**Sonderkostformen, wie lactosefrei, glutenfrei, leichte Vollkost etc. sind gesondert anzufordern.**

Änderungen vorbehalten

Sie finden im Intranet und als Aushang auf den Stationen die Liste der enthaltenen Zusatzstoffe und Allergene. Trotz aller Sorgfalt können wir nicht ausschließen, dass Spuren von Allergenen durch Kreuzkontaminationen enthalten sind. Wir verwenden bestimmte Lebensmittel ausschließlich in Bio-Qualität. Nach regionaler Verfügbarkeit setzen wir Obst und Gemüse aus ökologischer Landwirtschaft ein. Wir verarbeiten Rind und Schweinefleisch ausschließlich, als auch überwiegend Geflügel aus Artgerechter Haltung (Neuland, FairMast). Alle Fischqualitäten werden aus nachhaltiger Fischerei (Standard MSC) verarbeitet.