

Speiseplan

KW 2/ 05.01.-09.01.2026

KW 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1			🐟🍲 Vollkornpasta mit Thunfisch- Tomatensauce (a1,d,g,i)		
Menü 2			🍲 Vollkornpasta mit Tomatensauce (a1,g,i)	🍲 Dreierlei Linsencremesuppe dazu Baguette 🍞 (a1,g,i)	🥔 Kartoffeltasche mit Kräuterquark (a1,g,i)
Gemüse			🥕 Rohkost	🥕 Rohkost	🥗 Eisbergsalat mit Paprika und Gurken
Nachtisch			🍎 Frisches Obst	🥛 Joghurt mit Honig (g)	🍎 Frisches Obst
Anteil Bio-Zutaten			Pasta, Passierte Tomaten	Joghurt Berglinsen	Paprika, Gurken

DE-ÖKO-007



* 🥗 **Dressing** (i,j) 🥕 **Rohkost** (Abwechselnd zwei bis drei Zutaten, z. B. Tomaten, Cherry-Tomaten, Gurken, Karotten, Paprika, Kohlrabi)
 2 Farbstoff, 3 Phosphat, 4 Süßungsmittel(n), 5 chininhaltig, 7 mit Konservierungsstoffen, 8 mit Antioxidationsmittel, 10 gewachst, 11 Säuerungsmittel, 12 Geschmacksverstärker, a1 Weizen, a2 Roggen, a3 Gerste, a4 Hafer, a5 Dinkel, a6 Khorasan- Weizen, b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, c Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, e Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, f Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, h1 Mandel, h2 Haselnüsse, h3 Walnüsse, h4 Kaschunüsse, h5 Pecannüsse, h6 Paranüsse, h7 Pistazien, h8 Macadamia- oder Queenslandnüsse, i Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, l Sulphite, m Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse

Speiseplan

KW 3/ 12.01.-16.01.2026

KW 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1		🍝 Vollkornpasta Bolognese (a1,g,i)	🐟 Seelachsfilet in knuspriger Panade dazu Salzkartoffeln 🥔 (a1,c,d,g)		
Menü 2	🥕 Kartoffelcreme- suppe mit Dampfnudel 🥖 (a1)	🍝 Vollkornpasta mit Tomatensoße (a1,g,i)	🥗 Gemüsefrikadellen dazu Salzkartoffeln 🥔 (a1,c,g,i)	🥙 Falafel dazu Couscous Salat mit Feta (a1,g,i)	Gnocchi-Auflauf mit buntem Gemüse (a1,g,c,i)
Gemüse	🥕 Rohkost	🥗 Blattsalat mit Karotten und Mais	🥕 Karotten	🥕 Rohkost	🥗 Eisberg mit Mais und Gurken
Nachtsch	🍎 Frisches Obst	🥛 Joghurt mit Mango (g)	🍎 Frisches Obst	🥛 Erdbeerjoghurt	🍎 Frisches Obst
Anteil Bio-Zutaten	Kartoffel, Sahne	Pasta, Passierte Tomaten	Karotten	Joghurt, Karotten	Passierte Tomaten, Mais



DE-ÖKO-007

* 🥗 **Dressing** (i,j) 🥕 **Rohkost** (Abwechselnd zwei bis drei Zutaten, z. B. Tomaten, Cherry-Tomaten, Gurken, Karotten, Paprika, Kohlrabi)
 2 Farbstoff, 3 Phosphat, 4 Süßungsmittel(n), 5 chininhaltig, 7 mit Konservierungsstoffen, 8 mit Antioxidationsmittel, 10 gewachst, 11 Säuerungsmittel, 12 Geschmacksverstärker, a1 Weizen, a2 Roggen, a3 Gerste, a4 Hafer, a5 Dinkel, a6 Khorasan- Weizen, b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, c Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, e Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, f Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, h1 Mandel, h2 Haselnüsse, h3 Walnüsse, h4 Kaschunüsse, h5 Pecannüsse, h6 Paranüsse, h7 Pistazien, h8 Macadamia- oder Queenslandnüsse, i Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, l Sulphite, m Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse

Speiseplan

KW 4/ 19.01.-23.01.2026

KW 4	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1		🐔 Chicken Wings mit Erbsenpüree (a1,g,i)	🌊 Offenkartoffel mit Lachscreme 🍌 (a1, d,g,i)		
Menü 2	Spätzle mit Rahmsoße und Röstzwiebeln (a1,c,g,i)	Vegetarische Bratwurst mit Erbsenpüree (a1,g,i)	Offenkartoffel mit Kräuterquark 🍌 (a1,g,i)	Vollkornpasta mit rotem Pesto (a1,g,h4,i)	Schupfnudeln mit Basilikum-Pesto (a1,c,g,h4,i)
Gemüse	🥕 Rohkost	🥗 grüner Salat mit Radieschen	🥗 Eisberg mit Wildkräuter	🥕 Rohkost	🥗 Salat-Allerlei mit Möhren und Mais
Nachtsch	🍎 Frisches Obst	🥛 Joghurt mit Heidelbeeren (g)	🍎 Frisches Obst	🍰 Kuchen (a1,c,g)	🍎 Frisches Obst
Anteil Bio-Zutaten	Sahne, Karotten	Chicken Wings	Kartoffeln	Pasta, Milch	Reis, Möhren



DE-ÖKO-007

* 🥗 **Dressing** (i,j) 🥕 **Rohkost** (Abwechselnd zwei bis drei Zutaten, z. B. Tomaten, Cherry-Tomaten, Gurken, Karotten, Paprika, Kohlrabi)
 2 Farbstoff, 3 Phosphat, 4 Süßungsmittel(n), 5 chininhaltig, 7 mit Konservierungsstoffen, 8 mit Antioxidationsmittel, 10 gewachst, 11 Säuerungsmittel, 12 Geschmacksverstärker, a1 Weizen, a2 Roggen, a3 Gerste, a4 Hafer, a5 Dinkel, a6 Khorasan- Weizen, b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, c Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, e Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, f Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, h1 Mandel, h2 Haselnüsse, h3 Walnüsse, h4 Kaschunüsse, h5 Pecannüsse, h6 Paranüsse, h7 Pistazien, h8 Macadamia- oder Queenslandnüsse, i Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, l Sulphite, m Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse

Speiseplan

KW 5/ 26.-30.01.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1		🍲 Chili con Carne mit Reis 🍚 (a1,g,i) :	🐟 Kibbelinge (Alaska-Seelachs) dazu Salzkartoffeln 🍟 (a1,d,g)		
Menü 2	🍝 Vollkornpasta mit Tomatensauce (a1,g,i)	🍲 Chili sin Carne mit Reis 🍚 (a1,g,i) :	🥗 Gemüseschnitzel dazu Salzkartoffeln 🍟 (a1,c,g,i)	🥗 Kichererbsen-Kartoffeln-Eintopf dazu Brötchen (a1,g,i)	Ravioli mit Tomaten-Mozzarella an Käse-Sahnesoße (a1,g)
Gemüse	🥕 Rohkost	🥕 Rohkost	🥗 Blattsalat mit Karotten und Gurken	🥕 Rohkost	🥗 Eisbergsalat mit Gurken und Paprika
Nachtsch	🍏 Frisches Obst	🥛 Erdbeerjoghurt (g)	🍏 Frisches Obst	🥛 Stracciatella-Joghurt (g)	🍏 Frisches Obst
Anteil Bio-Zutaten	Pasta, Passierte Tomaten	Reis, Mais	Kartoffeln, Karotten	Brötchen, Passierte Tomaten	Ravioli



DE-ÖKO-007

* 🍷 **Dressing** (i,j) 🥕 **Rohkost** (Abwechselnd zwei bis drei Zutaten, z. B. Tomaten, Cherry-Tomaten, Gurken, Karotten, Paprika, Kohlrabi)
 2 Farbstoff, 3 Phosphat, 4 Süßungsmittel(n), 5 chininhaltig, 7 mit Konservierungsstoffen, 8 mit Antioxidationsmittel, 10 gewachst, 11 Säuerungsmittel, 12 Geschmacksverstärker, a1 Weizen, a2 Roggen, a3 Gerste, a4 Hafer, a5 Dinkel, a6 Khorasan- Weizen, b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, c Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, e Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, f Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, h1 Mandel, h2 Haselnüsse, h3 Walnüsse, h4 Kaschunüsse, h5 Pecannüsse, h6 Paranüsse, h7 Pistazien, h8 Macadamia- oder Queenslandnüsse, i Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, l Sulphite, m Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse