

# SPEISEPLAN GRUNDSCHULE/ Laktosefrei

Monat: Januar 2026



Woche	Essen	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
05.01. bis 09.01.	I <b>Linse Eintopf</b> a1,G,I,J mit Suppengrün und Kartoffeln, 1 Wiener (Schwein), Brot u. Obst	<b>Hähnchenbrust natur</b> mit Soße, Schwarzwurzel, dazu Kartoffeln a1,C,G,I,J	<b>Schweinegulasch</b> mit Rahmsauce, dazu Spiralen und Blumenkohl-salat	<b>Bratklops (Schwein)</b> mit Soße und Brokkoli, dazu Salzkartoffeln a1,F,G,I,J,10	<b>Seelachs paniert</b> mit Senfsauce, Salzkartoffeln, fruchtiger Kraut-salat a1,C,F,G,I,J
12.01. bis 16.01.	I <b>Nudeleintopf mit Rindfleisch</b> Karotten, Erbsen, Sellerie, Lauch Roggenbrötchen, Obst a1,C,G	<b>Zucchinipfanne</b> a1,F,I Rindergehacktes, Zucchini, Tomatensauce, Nudeln, Obst <b>Vegetarische Bolognese</b> mit Spaghetti und Chinakohl mit Dressing C,F,G,I	<b>2 Königsberger Klopse (Schwein)</b> mit Kapernsauce, Kartoffeln, Rote-Beete-Salat a1,C,F,G,I,10,5 <b>Reissuppe mit Eierstich</b> Gemüse- und Reiseinlage, dazu Brötchen und Obstsalat a1,C,F,G,I	<b>Rahmschnitzel (Schwein)</b> mit Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat, a1,F,G,I	<b>1 Fischburger</b> a1,C,F,G,I mit Petersiliensauce, Kartoffelpüree u. Bohnensalat
19.01. bis 23.01.	I <b>Erbseneintopf mit Kasselerfleisch</b> Karotten, Sellerie, Lauch, Kartoffel- würfel, Vollkornbr., Obst a1,F,I,9			<b>Paprikarahmschnitzel</b> mit Paprikarahmsauce, dazu Salz- kartoffeln, Farmersalat a1,C,F,G,I	<b>Hähnchenfrikassee</b> mit Gemüsereis, dazu Obst a1,F,G,J
26.01. bis 30.01.	I <b>Frischer Möhre-eintopf</b> mit Petersilie Kartoffeln, Sellerie Lauch, Bröt. u Obst a1,G,F		<b>3 Schweineschnitzel</b> mit Soße, Salzkartoffeln dazu Kompott aa1,C,F,G,I,10	<b>1 gekochtes Ei</b> mit Petersiliensauce, Salzkartoffeln Rote-Beete-Salat a1,F,G,I,10	<b>Hähnchenbrustfilet</b> mit Geflügelsauce, Leipziger Allerlei u Salzkartoffeln a1,F,G,I
	II <b>2</b>	<b>Deftiger Wurstgulasch (Schwein)</b> mit Butternudeln, dazu Eisbergs- salat mit Dressing a1,G,F,I			

- 1) mit Farbstoff
- 2) mit Konservierungsstoff
- 3) mit Geschmacksverstärker
- 4) mit Phosphat

- 5) mit Süßungsmittel
- 6) mit Antioxidationsmitteln
- 7) gewachst
- 8) kann Gräten enthalten

- 9) mit Nitritpökelsalz
- 10) gebunden mit Johanniskenmmehl  
oder Quarkmehl

**Allergene:**  
 A= Gluten  
 a1= Weizen  
 a2= Roggen  
 a3= Gerste  
 a4= Hafer  
 B= Krebstiere  
 C= Eier  
 D= Fisch  
 E= Erdnüsse  
 F= Soja

G= lactose  
 h1= Mandeln  
 h2= Haselnüsse  
 h3= Walnüsse  
 h4= Kaschnüsse  
 h5= Pecannüsse  
 h6= Paranüsse  
 h7= Pistazien  
 h8= Macadamia  
 I= Sellerie

J= Senf  
 K= Sesamsamen  
 L= Schwefeldioxid  
 M= Lupinen  
 N= Weichtiere  
 X= kann Spuren von Allergenen  
enthalten

**Hotline für Zu- und Abbestellungen : Tel. 03621 / 5144612 o. 613 Fax 03621/ 5144629**