

SPEISEPLAN REGELSCHULE



Monat: März 2026

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.03. bis 06.03.	I	Gemüsebällchen mit Tomatensoße und bunte Nudeln, dazu Pudding a1,C,F,G,I,J	Fischragout (Seelachs) mit Gemüsestreifen in Senfsoße, dazu Naturreis, Obst a1,I,J,G,10	Schnupfnudel-Gemüsesepfanne in Butter gebraten, mit Sahnesoße u. frischen Kräutern, Obst a1,C,F,G,I,J	Vorsuppe (Reissuppe) 3 Eierkuchen mit Apfelmus a1,C,G	Tortellini a1,F,G,I mit Käse und Spinat gefüllt, dazu Tomatensoße und Obst
	II	Linseintopf a1,G,I,J mit Suppengrün und Kartoffeln, 1 Wiener(Schwein), Brot,Pudding.	Hähnchenbrust natur mit Soße, Schwarzwurzel, dazu Kartoffeln a1,C,G,I,J	Schweinegulasch mit Rahmsauce, dazu Spiralen und Blumenkohlсалат	Bratklops (Schwein) mit Soße und Brokkoli, dazu Salzkartoffeln a1,F,G,I,J,10	Seelachs paniert mit Senfsoße, Salzkartoffeln, fruchtiger Krautsalat a1,C,F,G,I,J
09.03. bis 13.03.	I	Gemüsefrikadelle mit Rahmsauce, Petersilienkartoffeln Joghurt a1,C,F,G,I,J,6	1 Backfischhappen in Senf-Kräuter-Soße, Kartoffeln, dazu Krautsalat a1,C,F,G,I,3	Vorsuppe (Tomatensuppe) 2 Hefeklöße mit heißen Pflaumen a1,C,G	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln, dazu Obst a1,I,F,C,G,G,J	1 Fischburger a1,C,F,G,I mit Petersiliensoße, Kartoffelpüree u. Bohnensalat
	II	Nudeleintopf mit Rindfleisch Kartotten, Erbsen, Sellerie, Lauch Roggenbröckchen, Joghurt a1,C,G	Zucchinipfanne a1,F,I Rindergehacktes, Zucchini, Tomatensoße, Nudeln, Obst	2 Königsberger Klopse (Schwein) mit Kapernsoße, Kartoffeln, Rote-Beete-Salat a1,C,F,G,I,10,5	Rahmschnitzel (Schwein) mit Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat, a1,F,G,I	Putenbrustbraten mit Erbsengemüse, Soße und Kartoffeln a1,F,G,I,J
16.03. bis 20.03.	I	Spätzle-/Gemüsepfanne mit Rahmsauce, dazu Quarkspeise a1,C,F,G,I	Vegetarische Bolognese mit Spaghetti und Chinakohl mit Dressing c,F,G,I	Reissuppe mit Eierstich Gemüse- und Reiseinlage, dazu Brötchen und Obstsalat a1,C,F,G,I	Vegane Hackbällchen mit einer Spinatkäsesoße, dazu Risotto, Obst a1,F,I,G	Gedünsteter Seelachs in Dillsoße, dazu Salzkartoffeln, mit Gurkensalat 5,10,a1,F,G,I,J
	II	Erbseneintopf mit Kasselerfleisch Kartotten, Sellerie, Lauch, Kartoffelwürfel, Vollkornbr., Quarksp. a1,F,I,9	Gedünstetes Putenfilet mit Rahmsauce, dazu Rotkohl, Kartoffeln a1,F,I	Bratwurst (Schwein) auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree, dazu Senf/Ketchup a1,F,G,I,J,4	Paprikarahmschnitzel mit Paprikarahmsauce, dazu Salzkartoffeln, Farmersalat a1,C,F,G,I	Gehacktesoße dazu Spaghetti und Obst a1,F,G,I,J
23.03. bis 27.03.	I	Frischer Möhreeneintopf mit Petersilie, Kartoffeln, Sellerie Lauch, Bröt. u Pudding a1,G,F	Brokkoli in Käsesahnesoße, Kartoffeln dazu Obstsalat a1,F,I,C	Vanillereisbrei mit Zucker u Zimt, dazu Apfelmus a1,G	2 gekochte Eier mit Petersiliensoße, Salzkartoffeln Rote-Beete-Salat a1,F,G,I,10	Seelachsfilet paniert in Petersiliensoße, Salz-kartoffeln, Karottensalat a1,F,G,I,J
	II	Hühnerfrikassee mit holländ. Soße, Karotten, Mais, Erbsen, Naturreis, Pudding a1,G,F,I	Deftiger Wurstgulasch(Schwein) mit Butternudeln, dazu Eisberg-salat mit Dressing a1,G,F,I	Schweineschnitzel mit Soße, Salzkartoffeln dazu Kompott a1,C,F,G,I,10	Makkaroni mit Schinken und einer Käsesahnesoße, Obst a1,C,F,G,I,J	Hähnchenbrustfilet mit Geflügelsoße, Leipziger Allerlei u Salzkartoffeln a1,F,G,I
30.03. bis 31.03.	I	Vors. Blumenkohlcremesuppe 2 gefüllte Hefeklöße mit Vanillesoße, Joghurt a1,G,C,I	Eieromelett auf Rahmspinat mit Salzkartoffeln dazu Obst a1,F,G			
	II	Nudeleintopf mit Hühnerfleisch Kartotten, Sellerie, Erbsen, Lauch, Vollkornbr. Joghurt a1,F,G,I	Bolognese-Fleisch-Soße (Schwein) mit Spaghetti und Parmes.käse, Obst a1,F,G,I			

Allergene:

- 1) mit Farbstoff
2) mit Konservierungsstoff
3) mit Geschmacksverstärker
4) mit Phosphat
- A= Gluten
a1= Weizen
a2= Roggen
a3= Gerste
a4= Hafer
- B= Krebstiere
C= Eier
D= Fisch
E= Erdnüsse
F= Soja
- 5) mit Süßungsmittel
6) mit Antioxidationsmittel
7) gewachst
8) kann Geräten enthalten
- h5= Pecannüsse
h6= Paranüsse
h7= Pistazien
h8= Macadamia
I= Sellerie

- 9) mit Nitritpökelsalz
10) gebunden mit Johanniskeimehl
oder Guarkemehl

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

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