

SPEISEPLAN REGELSCHULE

Menü Express

Monat: März 2026

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.03.	I	Gemüsebällchen mit Tomatensoße und bunte Nudeln, dazu Pudding a1,C,F,G,I,J	Fischragout (Seelachs) mit Gemüsestreifen in Senfsoße, dazu Natureis, Obst a1,J,G,10	Schupfnudel-Gemüsepfanne in Butter gebraten, mit Sahnesoße u. frischen Kräutern, Obst a1,C,F,G,I,J	Vorsuppe (Reissuppe) 3 Eierkuchen mit Apfelmus a1,C,G	Tortellinis a1,F,G,I mit Käse und Spinat gefüllt, dazu Tomatensoße und Obst
06.03.	II	mit Suppengrün und Kartoffeln, 1 Wiener(Schwein), Brot,Pudding.	Linseneintopf a1,G,I,J Hähnchenbrust natur mit Soße, Schwarzwurzeln, dazu Kartoffeln a1,C,G,I,J	Schweinegulasch mit Rahmsoße, dazu Spiralen und Blumenkohlsalat dazu Salzkartoffeln a1,F,G,I,J,10	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.	I	mit Rahmsoße, Petersilienkartoffeln, Joghurt a1,C,F,G,I,J	Gemüsefrikadelle in Senf-Kräuter-Soße, Kartoffeln, dazu Krautsalat a1,C,F,G,I,3	1 Backfischhappen Vorsuppe (Tomatensuppe) 2 Hefeklöße mit heißen Pflaumen a1,C,G	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln, dazu Obstk. a1,F,C,G,J	1 Fischburger a1,C,F,G,I mit Petersiliensoße, Kartoffelpüree u. BohnenSalat
13.03.	II	Nudeleintopf mit Rindfleisch Karotten, Erbsen, Sellerie, Lauch Roggenbrötchen, Joghurt a1,C,G	Zucchiniopfanne a1,F,I Rindergehacktes, Zucchini, Tomatensoße, Nudeln, Obst	Königsberger Klopse (Schwein) mit Käpernsoße, Kartoffeln, Role-Beete-Salat a1,C,F,G,I,10,5	Rahmschnitzel (Schwein) mit Rahmsoße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat, a1,F,G,I	Putenbrustbraten mit Erbsengemüse, Soße und Kartoffeln a1,F,G,I,J
16.03.	I	dazu Quarkspeise a1,C,F,G,I	Spätzle-/Gemüsepfanne Vegetarische Bolognese	Reissuppe mit Eierspeck Gemüse- und Reiseinlage, dazu Brötchen und Obsfsalat a1,C,F,G,I	Vegane Hackbällchen mit einer Spinatkäsesoße, dazu Risotto, Obst a1,F,I,G	Gedünsteter Seelachs in Dillsöße, dazu Salzkartoffeln, mit Gurkensalat 5,10,a1,F,G,I,J
20.03.	II	Erbseineintopf mit Kasselerfleisch Kartoffeln, Sellerie, Lauch, Kartoffelwürfel, Vollkornbr., Quarksp. a1,F,I,9	Gedünstetes Putenfilet mit Rahmsoße, dazu Rötkohl, Kartoffeln a1,F,I	Bratwurst (Schwein) auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree, dazu Senf/Ketchup a1,F,G,I,J,4	Paprikarahmschnitzel mit Paprikarahnsoße, dazu Salzkartoffeln, Farmersalat a1,C,F,G,I	Gehacktessoße dazu Spaghetti und Obst a1,F,G,J
23.03.	I	Frischer Möhreneintopf 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, Salzkartoffeln, Karottensalat a1,F,G,I,J
27.03.	II	Hühnerfrikassee mit holländ. Soße,Kartoffeln, Mais, Erbsen, Natureis, 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.	I	2 gefüllte Hefeklöße mit Vanillesoße, Joghurt a1,G,C,I	Vors. Blumenkohlgremesuppe mit Salzkartoffeln dazu Obst a1,F,G	Eieromelett auf Rahmspinat		
bis 31.03.	II	Nudelreintopf mit Hühnerfleisch Kartoffeln, Sellerie, Erbsen, Lauch, Vollkornbr. Joghurt a1,F,G,I	Bolognese-Fleisch-Soße (Schwein) mit Spaghetti und Parmeskäse, Obst a1,F,G,I			
		1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Geschmacksverstärker 4) mit Phosphat	5) mit Süßungsmittel 6) mit Antioxidationsmittel 7) gewachst 8) kann Gräten enthalten	9) mit Nitritpökelsalz 10) gebunden mit Johanniskernmehl oder Guarkeermehl		
Allergene:						
	A= Gluten	B= Krebstiere			J= Senf	
	a1= Weizen	C= Eier			K= Sesamsamen	
	a2= Roggen	D= Fisch			L= Schwefeldioxid	
	a3= Gerste	E= Erdnüsse			M= Lupinen	
	a4= Hafer	F= Soja			N= Weichtiere	
				X= kann Spuren v. Allergenen enthalten		

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