

SPEISEPLAN REGELSCHULE



Monat: Oktober 2026

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.10. bis 02.10.	I				Gemüse Knusper Dino mit einem Tomaten-Sugo, dazu Reis a1,F,I,G	Seelachs paniert mit Remouladensoße, Kartoffeln, Obst a1,C,F,G,I,J
	II				Schweineschnitzel paniert mit Soße, Salzkartoffeln, Rohkostsalat a1,F,G,I,C,I	Schweinegeschnetzeltes mit Rahmsoße, dazu Reis, Obst a1,F,G,I
05.10. bis 09.10.	I	Blumenkohl-Käse-Medallion mit Rahmsoße und Kartoffeln, dazu Pudding a1,C,G,I	Vollkornnudeln mit Tomatensoße, Chinakohl, Saure-Sahne-Dressing a1,G,I,J	4 Seelachsfiletstäbchen mit Dillsoße und Kartoffeln, dazu Rohkostsalat 10,a1,F,G,I,J	Brokkoli-Kohlragigemüse mit Rahmsoße, dazu Kartoffeln, Obst a1,F,C,G,I	Vanillereisbrei mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus a1,G
	II	Nudeleintopf mit Rindfleisch Kartotten, Erbsen, Vollkornbrot, dazu Pudding a1,C,G,I,J	Hähnchenbrust paniert mit Geflügelsoße, Erbsen- gemüse, Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J	Gulasch vom Schwein u Rind mit Butternudeln dazu Rohkostsalat a1,F,G,I	Hausgemachter Hackbraten (Schwein), Soße, Fingerringen und Kartoffeln a1,C,F,I	Seelachs natur mit Dillsoße, Salzkartoffeln, Karottensalat a1,F,G,I,J,C
12.10. bis 16.10.	I	Gemüsebällchen a1,C,F,G,I,J mit Tomatensoße und bunte Nudeln, dazu Joghurt	Fischragout (Seelachs) mit Gemüsestreifen in Senfsoße dazu Naturreis Obst a1,F,G,I,J,10	Schupfnudel-Gemüsepfanne in Butter gebraten, mit Sahne- Soße u. frischen Kräutern, Obst	Vorsuppe (Reissuppe) 3 Eierkuchen mit Apfelmus a1,C,G	Tortellinis mit Käse u Spinat gefüllt, dazu Tomatensoße und Obst a1,F,G,I,1,
	II	Linseneintopf a1,G,I,J mit Suppengrün und Kartoffeln 1 Wiener(Schwein), Brot, Joghurt	Hähnchenbrust paniert mit Geflügelsoße, Mischgemüse dazu Kartoffeln a1,C,F,G,I,J	Schweinegulasch mit Rahmsoße, dazu Spiralen und Blumenkohlsalat	Spaghetti Carbonara mit Schinken, Speck, Käserahmso. Spaghetti, Reibekäse, Obst 9, a1, G, I, J	Seelachs paniert mit Senfsoße, Salzkartoffeln, fruchtiger Krautsalat a1,F,G,I
19.10. bis 23.10.	I	Gemüsefrikadelle mit Rahmsoße, Petersilien- kartoffeln, Quarksp. a1,C,I,F, G,I, 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,J	1 Fischburger a1,C,F,G,I mit Petersilienssoße, Kartoffelpüree u. Bohnensalat
	II	Nudeleintopf mit Rindfleisch Kartotten, Erbsen, Sellerie, Lauch Roggenbrötchen, Quarksp. a1, C, G	Zucchinipfanne Rindergelacktes, Zucchini Tomatensoße, Nudeln, Obst a1, F, I	2 Königsberger Klopse (Schwein) mit Kapernsoße, Kartoffeln, Rote-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
26.10. bis 30.10.	I	Spätzle-/Gemüsepfanne mit Rahmsoße, dazu Pudding 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 Spinatkässsoße, dazu Risotto, Obst a1, F, I, G	Gedünsteter Seelachs in Dillsoße, dazu Salzkartoffeln, mit Gurkensalat 5, 10, a1, G, I, J
	II	Erbseneintopf mit Kasselerfleisch Kartotten, Sellerie, Lauch, Kartoffel- würfel, Vollkornbr., Pudding a1,F,I,9	Gedünstetes Putenfilet mit Rahmsoße, dazu Rotkohl, Kartoffeln a1, F, I	Bratwurst (Schwein) auf Sauerkraut und Kartoffelpüree dazu SenfKetchup a1, F, G, I, J, 4	Paprikarahmschnitzel (Schwein) mit Paprikarahmsoße, dazu Salzkartoffeln u Farmer Salat a1, C, F, G, I	Gehacktesoße (v. Schwein) dazu Spaghetti und 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 Nitrit Pökelsalz
10) gebunden mit Johannisfernmehl
oder Guarkeimehl

- Allergene:**
- A= Gluten
 - a1= Weizen
 - a2= Roggen
 - a3= Gerste
 - a4= Hafer

- B= Krebstiere
- C= Eier
- D= Fisch
- E= Erdnüsse
- F= Soja

- h5= Pecannüsse
- h6= Paranüsse
- h7= Pistazien
- h8= Macadamia
- I= Sellerie

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

X= kann Spuren v. Allergenen enthalten