

# SPEISEPLAN / GRUNDSCHULE

## Laktosefrei



MONAT : Januar 2022

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
03.01. bis 07.01.	I  II	<b>Nudeleintopf</b> mit Rindfleisch, Karotten, Erbsen, dazu Vollkornbrot, Obst F,I,J,G	<b>Thüringer Bratwurst</b> (Schwein) mit Sauerkraut, Kartoffeln dazu Senf a1,F,I	<b>3 Seelachs Fischstäbchen</b> mit Dillsoße und Kartoffeln, dazu Obst a1,G,I,J	<b>Hausgemachter Hackbraten</b> mit Soße, dazu Fingermöhren und Kartoffeln a1,C,F,I	<b>Gedünsteter Seelachs</b> in Dillsoße, Salzkartoffeln, Karottensalat 10,5,a1,F,G,I
10.01. bis 14.01.	I  II	<b>2 Gemüsebällchen</b> mit Tomatensoße und bunte Nudeln, Quarkspeise a1,F,G,I,J	<b>Hähnchenbrust natur</b> mit Soße, Schwarzwurzel, dazu Kartoffeln a1,C,G,I,J	<b>Schweinegulasch</b> mit Rahmsoße und Spiralen, Wachsbrechbohnen Salat a1,G	<b>Bratklops vom Schwein</b> mit Soße und Brokkoli, Salzkartoffeln, Obst a1,C,F,G,I,J	<b>Seelachsfilet paniert</b> mit Senfsoße und Kartoffeln, Rohkostsalat a1,C,F,G,I
17.01. bis 21.01.	I  II	<b>Nudelsuppe</b> mit Hühnerfleisch und Gemüse, Roggenbrötchen, Obst a1,C,G,I,J	<b>Zucchinipfanne</b> Gehacktes, Zucchini, Tomaten- soße, dazu Nudeln, Obst a1,F,I	<b>Königsberger Klopse</b> (Schwein) mit Kapernsoße, Kartoffeln, Rote Beete Salat 10,5,a1,C,F,G,I	<b>Hähnchenkeule mit Soße</b> dazu bunte Karotten und Salzkartoffeln a1,C,F,G,I,J,10	<b>Fischburger</b> Petersiliensoße, Kartoffel- püree, Bohnensalat a1,C,F,G,I
24.01. bis 28.01.	I  II	<b>Erbseneintopf</b> mit Kasserlerfleisch, Kartoffelwürfel, Vollkornbrot, Obst a1,I,F	<b>gedünstetes Putenfilet</b> mit Rahmsoße, dazu Pariser Karotten, Kartoffeln a1,I,F	<b>Bratwurst</b> auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree dazu Senf/Ketchup a1,F,G,I,J,4	<b>Paprikarahmschnitzel</b> mit Paprikarahmsoße dazu Kartoffeln, Farmersalat a1,C,F,G,I	<b>Gedünsteter Seelachs</b> in Dillsoße mit Salzkartoffeln Karottenrohkost 5,a1,C,F,G,I
31.01.		<b>Hühnerfrikassee</b> mit hollän. Soße, Karotten, Mais Erbsen, Naturreis, Obst a1,I,F,G				

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

G = lactose

h1 = Mandeln

h2 = Haselnüsse

h3 = Wallnüsse

h4 = Kaschunüsse

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

5) mit Süßungsmittel

6) mit Antioxidationsmittel

7) gewachst

8) kann Gräten enthalten

9) mit Natriopökelsalz

10) gebunden mit Johannisfermehl  
oder Guarkeimehl

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