



Speiseplan

Erich-Fried-Gesamtschule
vom 12.01.2026 bis 16.01.2026



DE-ÖKO-006

Verwendete Bioprodukte
siehe Aushang oder Internet

	Ausgabe 1	vegetarisch	Ausgabe 2	Pizza	Salatbuffet	Nudelbuffet
MO	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	Wirsingeintopf mit Kartoffelwürfel	Wirsingeintopf mit Kasslerwürfel v. Schwein	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat 6.1,6.2,6.3	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, C, G, I	G, I	G, I, O, 1	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
DI	Kartoffel- Wedges mit Aioli und Salat	Kartoffel- Wedges mit Aioli und Salat	Kartoffel- Wedges mit Kräuterquark und Salat	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat 6.4,6.5,6.6,6.7	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	C, F, G	C, F, G	G	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
MI	Käsespätzle mit Käse überbacken und Salat	Kürbiscremesüppchen mit einem Brötchen	Kürbiscremesüppchen mit einem Brötchen	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat 7.1,7.2,7.3	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, C, G, I	A1, G, I	A1, G, I	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
DO	Gnocchi mit Tomatensoße und Salat	Gnocchi mit Tomatensoße und Salat	Milchnudeln mit Zimt, Zucker und Apfelmus	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat 7.4,7.5,7.6	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, F, G, I	A1, F, G, I	A1, G	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
FR	Seelachsfilet Bordelaise mit Reis, Soße und Salat	Schupfnudelpfanne mit Möhren, Spitzkohl und Kohlrabi	Schupfnudelpfanne mit Möhren, Spitzkohl und Kohlrabi	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat 8er Jahrgang	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, C, D, G, I, K, M	A1, C, I	A1, C, I	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I

Zu jedem Essen gibt es eine Nachtschmahlwahl oder ein Getränk

Änderung des Speiseplans vorbehalten

Zusatzstoffe / Allergene:

A Glutenhaltiges Getreide*: Weizen (wie Dinkel und Khorasan-Weizen)*, Roggen*, Gerste*, Hafer* und Hybridstämme davon; B Krebstiere*; C Eier*; D Fische*; E Erdnüsse*; F Sojabohnen*; G Milch*; H Schalenfrüchte*: Mandeln*, Haselnüsse*, Walnüsse*, Kaschunüsse*, Pecannüsse*, Paranüsse*, Pistazien*, Macadamias* und Queenslandnüsse*; I Sellerie*; J Senf*; K Sesamsamen*;

L Schwefeldioxid und Sulfite*; M Lupinen*; N Weichtiere*; 1 Schweinefleisch*; 2 Nitritpökelsalz; * = und Erzeugnisse daraus

Wir verwenden jodiertes Speisesalz

Produktionsbedingt können immer Spuren der Allergene in den Speisen enthalten sein

SpeisePLAN© by J. Lindemann