



Speiseplan

Erich-Fried-Gesamtschule
vom 09.03.2026 bis 13.03.2026



DE-ÖKO-006

Verwendete Bioprodukte
siehe Aushang oder Internet

	Ausgabe 1	vegetarisch	Ausgabe 2	Pizza	Salatbuffet	Nudelbuffet
MO	Italienische Pfanne mit Zucchini, Rindfleisch, Tomatensoße	Italienische Pfanne mit Zucchini, Tomatensoße	Linsensüppchen mit Rindermettwursteinlage und einem Brötchen	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Ananas 8er Jahrgang	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, G, I	A1, G, I	A1, I, J	A1, G A1, G A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
DI	Pommes frites mit Mayonnaise, Tomatenketchup und Salat	Paprikagemüse mit Kartoffeln	Pommes frites mit Currywurst und Salat	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Ananas 9er Jahrgang	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	C, F	A1, G, I	A1, I, 1	A1, G A1, G A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
MI	Pilzrahmgulasch vom Rind mit Spätzle und Salat	veg. Moussaka mit Tomatensoße, Feta und Gouda überbacken und Salat	Moussaka mit Hackfleischsoße, Gouda und Feta überbacken und Salat	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Ananas 10er Jahrgang	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 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
DO	Milchreis mit Roter Grütze, Zimt und Zucker	Milchreis mit Roter Grütze, Zimt und Zucker	Geschmorte Champignons mit Quarksoße Kartoffeln und Salat	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Ananas Oberstufe	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	G	G	G	A1, G A1, G A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
FR	Ravioli in Tomatensoße und Salat	Ravioli in Tomatensoße und Salat	Seelachsfilet im Gemüsebett mit Soße und Reis	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Ananas 5.1,5.2,5.3	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, F, G, I	A1, F, G, I	A1, D, G, I	A1, G A1, G 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 Nachtschaulwahl 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