

# Speiseplan

## Erich-Fried-Gesamtschule

## vom 07.12.2026 bis 11.12.2026



DE-ÖKO-006

**Verwendete Bioprodukte siehe Aushang oder Internet**

| | Ausgabe 1 | vegetarisch | Ausgabe 2 | Pizza | Salatbuffet | Nudelbuffet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **MO** | Schweinegeschnetzeltes Züricher Art mit Reis und Möhren | veg. Spitzkohleintopf | Spitzkohleintopf mit Rindermettwurststückche | Pizza Margherita<br>Pizza Schinken gek.<br>Pizza Krabben<br>10er Jahrgang | Salatteller nach Wahl mit Beilage | Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat* |
| | A1, G, I, 1 | G, I | G, I, J | A1, G \| A1, G, O, 1, 2 \| A1, B, G | A1, C, F, G, I, J, K, M, 1 | A1, G, I \| A1, G, I \| A1, G, I |
| **DI** | Lammbratengulasch mit Kartoffel- Kroketten und Salat | Kartoffelsuppe mit einem Brötchen | Kartoffelsüppchen mit Schweinegeräuchertem und Brötchen | Pizza Margherita<br>Pizza Schinken gek.<br>Pizza Krabben<br>Oberstufe | Salatteller nach Wahl mit Beilage | Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat* |
| | A1, G, I | A1, G, I | A1, G, I, O, 1 | A1, G \| A1, G, O, 1, 2 \| A1, B, G | A1, C, F, G, I, J, K, M, 1 | A1, G, I \| A1, G, I \| A1, G, I |
| **MI** | Pilzrahmgulasch vom Rind mit Nudeln und Salat | Eier in Senfsoße Kartoffeln und Salat | Eier in Senfsoße Kartoffeln und Salat | Pizza Margherita<br>Pizza Rindersalami<br>Pizza Feta<br>5.1,5.2,5.3 | Salatteller nach Wahl mit Beilage | Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat* |
| | A1, G, I | A1, C, G, J | A1, C, G, J | A1, G \| A1, G \| A1, G | A1, C, F, G, I, J, K, M, 1 | A1, G, I \| A1, G, I \| A1, G, I |
| **DO** | Bratburger vom Rind mit Kartoffeln, Soße und Blumenkohl | Grieß mit Zimtkruste, Kirscheinlage und Vanillesoße | Grieß mit Zimtkruste, Kirscheinlage und Vanillesoße | Pizza Margherita<br>Pizza Rindersalami<br>Pizza Feta<br>5.4,5.5,5.6,5.7 | Salatteller nach Wahl mit Beilage | Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat* |
| | A1, C, G, I, J, K, M | A1, G | A1, G | A1, G \| A1, G \| A1, G | A1, C, F, G, I, J, K, M, 1 | A1, G, I \| A1, G, I \| A1, G, I |
| **FR** | Nudelauflauf* mit Käse* überbacken und Salat* | Nudelauflauf* mit Käse* überbacken und Salat* | Calamarisringe mit Aioli Kartoffeln und Salat | Pizza Margherita<br>Pizza Rindersalami<br>Pizza Feta<br>6.1,6.2,6.3 | Salatteller nach Wahl mit Beilage | Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat* |
| | A1, G, I | A1, G, I | A1, C, D, F, G | A1, G \| A1, G \| A1, G | A1, C, F, G, I, J, K, M, 1 | A1, G, I \| A1, G, I \| A1, G, I |

**Zu jedem Essen gibt es eine Nachtischauswahl oder ein Getränk**

**Änderung des Speiseplans vorbehalten**

Zusatzstoffe / Allergene:

A Glutenhaltiges Getreide*: Weizen (wie Dinkel und Khorasan-Weizen)[1], Roggen[2], Gerste[3], Hafer[4] und Hybridstämme davon; B Krebstiere*; C Eier*; D Fische*; E Erdnüsse*; F Sojabohnen*; G Milch*; H Schalenfrüchte*: Mandeln[1]*, Haselnüsse[2]*, Walnüsse[3]*, Kaschunüsse[4]*, Pecannüsse[5]*, Paranüsse[6]*, Pistazien[7]*, Macadamia[8]*- und Queenslandnüsse[9]*; I Sellerie*; J Senf*; K Sesamsamen*; L Schwefeldioxid und Sulfite*; M Lupinen*; N Weichtiere*; 1 Schweinefleisch*; 2 Nitritpökelsalz; *= und Erzeunisse daraus

Wir verwenden jodiertes Speisesalz

Produktionsbedingt können immer Spuren der Allergene in den Speisen enthalten sein

SpeisePLAN© by J. Lindemann