











Speiseplan Februar 2026

Datum	Menü 1 vegetarisch	Menü 2 1x pro Woche Fleisch oder Fisch
Mo 2.2.	Beginn Winterferien: Schmorgemüse mit Sellerie, Karotten, Zwiebel und Räuchertofu (S1), Weizenbulgur (G1), rohes Gemüse	Beginn Winterferien: Süßer Brotauflauf (Weizen) (E1, G1, M), Apfelmus, Klare Gemüsebrühe mit Dinkel-Buchstabennudeln (G5, S2)
Di 3.2.	Geschmortes Sonnenblumenhack mit Gemüsepaprika (S2), Vollkornreis (G1), rohes Gemüse, Frischobst	 Rinderhackfleisch-Sauerkrautauflauf mit Kartoffeln und Gouda überbacken (S2, M, G1), Weizenvollkornbrötchen (G1, G3, M), rohes Gemüse, Frischobst
Mi 4.2.		Bulette und Kartoffelsalat mit Ketchup und Senf
Do 5.2.	veg. Wurstgulasch (E1, G1, S2) mit Paprika, Zwiebeln und Tomaten, Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst	paniertes Seelachsfilet (G1, F), cremiger Sojadip (S2, S4), Kartoffel-Möhrenstampf, rohes Gemüse, Frischobst
Fr 6.2.	Ende Winterferien: Asiatisches Soja-Linsen-Curry (S2, M), Reis, rohes Gemüse	Ende Winterferien: Kartoffel-Möhren-Eintopf (S2), Petersilie, rohes Gemüse
Mo 9.2.	Linsen-Hirse-Bällchen (G4, G1), Mais in Buttersoße (G1, M, S2), Kartoffel-Möhrenpüree (M), rohes Gemüse	 Blumenkohl (M) Kräutersoße (G1, M, S2), Kartoffeln, rohes Gemüse
Di 10.2.	 cremiger Kartoffeleintopf (M) mit Sellerie, Lauch, Möhren und würzigem Räuchertofu (S1), Dinkelvollkornbrot (G2, G4, G5, S3), rohes Gemüse, Frischobst	 Bratwurst -vom Schaf- mit BBQ-Tomatensoße (S2, G1), Erbsengemüse (M), Kartoffeln, rohes Gemüse, Frischobst
Mi 11.2.		Schweineschnitzel mit Mischgemüse und Kartoffeln
Do 12.2.	Vegetarisches Schnitzel paniert -Milch- (E1, G1, G4, M), Buttersoße (G1, M, S2), Sellerie-Kartoffelpüree (M), rohes Gemüse, Frischobst	Wildlachs in Tomaten-Basilikumsoße (F, G1), Penne Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst
Fr 13.2.	Weizenvollkornnudeln (G1), hausgemachtes Basilikumpesto (M), Käse (M), rohes Gemüse	 veganer Linseneintopf mit zarten Kartoffeln, Möhren, Lauch und geräuchertem Tofu (S1, S2), Weizenvollkornbrötchen (G1, G3, M), rohes Gemüse
Mo 16.2.	Tortellini mit Spinat-Ricotta-Füllung (E1, G1, M) Gouda-Kräutersoße (S2, G1, M), rohes Gemüse	Milchreis, mit karamellisiertem Zimt-Apple (M), mit karamellisiertem Zimt-Apple (M), fruchtige Tomatensuppe (S2, M), rohes Gemüse
Di 17.2.	Entdecker:innen-Menü: Linsenbolognese (S2) mit Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst	 Rindergulasch (G1, S2) mit Paprika und Kartoffeln, rohes Gemüse, Frischobst
Mi 18.2.		Königsberger Klopse in Kapernsauce mit Kartoffelpüree
Do 19.2.	Weizennudel-Gemüse-Pfanne (E1, G1, S1, S2) mit Sojasprossen, Möhren, Blumenkohl, Lauch, Brechbohnen, Champignons, Zwiebel, Paprika, rohes Gemüse, Frischobst	Fischstäbchen paniertes Seelachsfilet (G1, F), Erbsen-Möhrengemüse (M), Dillssoße (G1, M, S2), Kartoffelpüree (M), rohes Gemüse, Frischobst
Fr 20.2.	 Soljanka (S2) mit rote Beete, Paprika, Gurken, Kartoffel, Schmand (M), Weizenvollkornbrötchen (G1, G3, M), rohes Gemüse	hausgemachtes Tomatenpesto (M), Weizen-Vollkornnudeln (G1), rohes Gemüse
Mo 23.2.	Grünkernbolognese (G1, G5, S2), Reis, rohes Gemüse	Broccoli-Käsesoße mit Gouda (G1, M, S2), Bunte Weizennudeln (G1), rohes Gemüse
Di 24.2.	Provençalisches Bohnenragout mit Karotten und Zitrone (S2), Weizenbulgur (G1), rohes Gemüse, Frischobst	Hähnchen "Gyros Art" mit Tzatziki (M), Reis, rohes Gemüse, Frischobst
Mi 25.2.		Bulette und Kartoffelsalat mit Ketchup und Senf
Do 26.2.	 Kartoffelpuffer (E1, G1, 3) mit frischem Petersilienquark (M), rohes Gemüse, Frischobst	Seelachs (F) in Zitronensoße (G1, M, S2), Karottengemüse, Kartoffelpüree (M), rohes Gemüse, Frischobst
Fr 27.2.	Tomaten-Gemüsesoße (M, S2), Vollkornnudeln (G1), Käse (M), rohes Gemüse	 Grünes Curry mit Kartoffeln, Spinat, Sahne (M, S2), dazu Vollkornreis, rohes Gemüse

Kontrollnummer: DE-ÖKO-070

Diese Lebensmittel bieten wir in BIO-Qualität an: Reis, Nudeln, Rindfleisch, Geflügelfleisch, Kartoffelprodukte, Frisch- und Tiefkühlgemüse, Frisch- und Tiefkühlobst, Milch und Milchprodukte, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen (Sonderkost & Lunchpakete ausgenommen)

Das Menü enthält mindestens ein regionales Bioprodukt

 Kartoffeln, Joghurt, Rind, Quark, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen
Wir sind Partner des Projektes 'Wo kommt Dein Essen her?' und unterstützen das Ziel, den Anteil an regionalen Bioprodukten im Schulessen zu erhöhen.

Legende zum Speiseplan:

Zusatzstoffe

- 1 - mit Farbstoff Beta Carotin
- 2 - mit Konservierungsstoff
- 3 - mit Antioxidationsmittel
- 4 - mit Geschmacksverstärker
- 5 - mit Süßungsmittel
- 6 - mit Phosphat
- 7 - gewachst
- 8 - geschwärzt
- 9 - geschwefelt
- 10 - mit einer Zuckerart
- 11 - koffeinhaltig
- 12 - chininhaltig

Allergene

- | | |
|----------------------------------|--------------------------|
| a - enth. Gluten | o - enth. Weizen |
| b - enth. Krebstiere | p - enth. Roggen |
| c - enth. Ei | q - enth. Gerste |
| d - enth. Fisch | r - enth. Hafer |
| e - enth. Erdnüsse | s - enth. Dinkel |
| f - enth. Soja (gentechn. frei) | t - enth. Kamut |
| g - enth. Milch einschl. Laktose | u - enth. Mandeln |
| h - enth. Schalenfrüchte (Nüsse) | v - enth. Haselnuss |
| i - enth. Sellerie | w - enth. Walnuss |
| j - enth. Senf | x - enth. Cashewnuss |
| k - enth. Sesam | y - enth. Pekanuss |
| l - enth. Schwefeldioxid | z - enth. Paranuss |
| m - enth. Lupinen | aa - enth. Pistazie |
| n - enth. Weichtiere | ab - enth. Macadamianuss |

Informationen

- | | |
|--|---------------------------------|
| 30 - enth. eine Phenylala | 56 - enth. Glutamat |
| 31 - mit Schweinefleisch | 57 - enth. Koriander |
| 32 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken | 58 - enth. Karotte |
| 33 - unter Schutzatmosphäre verpackt | 59 - enth. Gemüse |
| 34 - mit Milcheiweiß | 60 - enth. Hühnchenfleisch |
| 35 - mit Geflügelfleischanteil | 61 - enth. Mais |
| 36 - auf der Grundlage von Tafelsüße | 62 - unter Verwendung von Sahne |
| 37 - mit Alkohol | 63 - enth. Molkeneiweiß |
| 38 - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt | 64 - mit Milchpulver |
| 39 - aus gentechn. veränderten Lebensmitteln hergestellt | 65 - enth. Pflanzeneiweiß |
| 40 - gentechnisch verändert | 66 - unter Verwendung von Milch |
| 41 - mit erhöhtem Tauringehalt | |
| 42 - mit Stärke oder Pflanzenstärke | |
| 43 - z.T fein zerkleinertes Fleisch | |
| 44 - mit Jodsalz | |
| 45 - kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen | |
| 46 - mit Nitrit Pökelsalz | |
| 47 - mit Eiklar | |
| 48 - mit kakaohaltiger Fettglasur | |
| 49 - mit Knoblauch | |
| 50 - Rindfleisch | |
| 51 - Geflügel | |
| 52 - andere Fleischsorte | |
| 53 - enth. Fisch | |
| 54 - aus Fleischstücken zusammengefügt | |
| 55 - aus Fischstücken zusammengefügt | |