

# 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-Sauerkrautaufkuchen 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-Möhrenpurée (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-Apfel (M), mit karamellisiertem Zimt-Apfel (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), Dillsoße (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.	Provencalisch 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 Tiefkühl Obst, Milch und Milchprodukte, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen (Sonderkost & Lunchpakte 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 Schulesen 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 Phenylalanine
- 31 - mit Schweinefleisch
- 32 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
- 33 - unter Schutzatmosphäre verpackt
- 34 - mit Milcheiweiß
- 35 - mit Geflügelfleischanteil
- 36 - auf der Grundlage von Tafelsüßerei
- 37 - mit Alkohol
- 38 - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt
- 39 - aus gentechn. veränderten Lebensmitteln hergestellt
- 40 - gentechnisch verändert
- 41 - mit erhöhtem Taurin gehalt
- 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

- 56 - enth. Glutamat
- 57 - enth. Koriander
- 58 - enth. Karotte
- 59 - enth. Gemüse
- 60 - enth. Hühnchenfleisch
- 61 - enth. Mais
- 62 - unter Verwendung von Sahne
- 63 - enth. Molkeneiweiß
- 64 - mit Milchpulver
- 65 - enth. Pflanzeneiweiß
- 66 - unter Verwendung von Milch