

Speiseplan

Schule: OGS alter Mühlenweg

Der Speiseplan gilt für die KW 50 , also vom 09.12.24 bis 13.12.24

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“.

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--------------------------|---|---|---------------------|--|--|
| HAUPTMENÜ | Vollkornspaghetti a1 a2 mit Cabonarasauce mit Räuchertofu f | Chili con carne vom Bio-Rind mit Bohnen und Mais, dazu Vollkornreis | Wunschessen | Mediterranes Fischgulasch d, g mit Karotten und Brokkoli dazu Petersilienkartoffel | Tomatensuppe Mit Reiseinlage Dazu hausgebackenes Vollkornbrot a1 a2 a5 |
| VEGETARISCHE ALTERNATIVE | Vollkornspaghetti a1 a2 mit Cabonarasauce mit Räuchertofu f | Chili sin Carne mit Mais und Bohnen, dazu Vollkornreis | Wunschessen | Mediterranes Fischgulasch d, g mit Karotten und Brokkoli dazu Petersilienkartoffel | Tomatensuppe Mit Reiseinlage Dazu hausgebackenes Vollkornbrot a1 a2 a5 |
| SALAT + ROHKOST | Rohkost | Gemischter Salat Mit Essig/Öldressing | Rohkost | Gurkensalat In Essig/Öldressing | Rohkost |
| DESSERT + OBST | Obst Obst | Obst Obst | Wunschessen Obst | Früchtejoghurt g Obst | Obst Apfelmus mit Schokostreusel |

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Zusatzstoffe

| | | | |
|-----|--------------------------------|----|---|
| 1 | Mit Farbstoff | 6 | Geschwärzt |
| 2 | Mit Konservierungsstoff | 7 | Gewachst |
| 2.1 | Mit Nitritpökelsalz | 8 | Mit Phosphat |
| 2.2 | Mit Nitrat | 9 | Süßungsmittel(n) |
| 2.3 | Mit Nitratpökelsalz und Nitrat | 10 | Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln |
| 3 | Mit Antioxidationsmittel | 11 | Enthält eine Phenylalaninquelle |
| 4 | Mit Geschmacksverstärker | 12 | Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken |
| 5 | Geschwefelt | | |

Allergene

| | | | | | |
|----|------------|----|----------------|----|---|
| a1 | Weizen | e | Erdnüsse | h6 | Paranüsse |
| a2 | Roggen | f | Sojabohnen | h7 | Pistazien |
| a3 | Gerste | g | Milch, Laktose | h8 | Macadamia- oder Queenslandnüsse |
| a4 | Hafer | h1 | Mandeln | i | Sellerie |
| a5 | Dinkel | h2 | Haselnüsse | j | Senf |
| b | Krebstiere | h3 | Walnüsse | k | Sesamsamen |
| c | Eier | h4 | Kaschunüsse | l | Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l) |
| d | Fische | h5 | Pecannüsse | m | Lupine |
| | | | | n | Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.) |