

# Speiseplan Schulen

Speiseplan vom 10.11.2025 bis 16.11.2025, 46. Kalenderwoche



| Datum                            | Montag<br>10.11.2025                                               |                                                                 | Dienstag<br>11.11.2025                                                     |                                                                | Mittwoch<br>12.11.2025                                                             |                                                                 | Donnerstag<br>13.11.2025                                                |                                                                 | Freitag<br>14.11.2025                                                |                                                                 |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Menülinie                        |                                                                    |                                                                 |                                                                            |                                                                |                                                                                    |                                                                 |                                                                         |                                                                 |                                                                      |                                                                 |
|                                  |                                                                    |                                                                 |                                                                            |                                                                |                                                                                    |                                                                 |                                                                         |                                                                 |                                                                      |                                                                 |
| B)Menü 2 ohne<br>Schweinefleisch | Cevapcici mit Curryreis,<br>pikanten Paprikadipp und<br>Krautsalat | 639,4 kcal<br>2672,4 kJ<br>2,2 BE<br>28,3 g<br>41,2 g<br>37,9 g | Geflügelfleisch Bällchen mit<br>Reis, Mischgemüse und<br>Kräutersahnesauce | 766,2 kcal<br>3214,4 kJ<br>4,7 BE<br>53 g<br>36,1 g<br>56,5 g  | Hähnchen Köttbullar mit<br>Gabelspaghetti und<br>Tomatensauce<br>"Toscanische Art" | 723,6 kcal<br>3050,2 kJ<br>7,1 BE<br>47,9 g<br>18,2 g<br>89,6 g | Fischfilet "Bordelaise" mit<br>Kräutersauce und Kartoffeln              | 499,7 kcal<br>2085,1 kJ<br>2,3 BE<br>22,9 g<br>26,1 g<br>41,3 g | Szeqediner Rindergulasch<br>mit Salzkartoffeln                       | 435,5 kcal<br>1816,8 kJ<br>2,5 BE<br>37,5 g<br>17,3 g<br>29,5 g |
|                                  |                                                                    |                                                                 |                                                                            |                                                                |                                                                                    |                                                                 |                                                                         |                                                                 |                                                                      |                                                                 |
| Zusatzstoffe                     | 1, 2, 3, 5, a, c, g, j, l                                          | 0,00 €                                                          | 1, 4, 6, a, c, g, i, j                                                     | 0,00 €                                                         | 1, 4, a, c, j                                                                      | 0,00 €                                                          | 1, a, c, d, g, i, j                                                     | 0,00 €                                                          | a, f, g, i, j                                                        | 0,00 €                                                          |
| Portionsmenge                    |                                                                    |                                                                 |                                                                            |                                                                |                                                                                    |                                                                 |                                                                         |                                                                 |                                                                      |                                                                 |
| C)Vegetarisch                    | Omelette "Natur" mit<br>Rahmspinat und Kartoffeln                  | 488,7 kcal<br>2045,2 kJ<br>2,6 BE<br>25,3 g<br>28,6 g<br>30,7 g | Vegetarisches Kartoffel-<br>Paprikagulasch mit einem<br>Brötchen           | 304,5 kcal<br>1274,1 kJ<br>4,9 BE<br>11,2 g<br>1,5 g<br>59,2 g | Fusilinudeln in<br>Carbonarasauce und einem<br>kleinen Salat                       | 638,8 kcal<br>2673,5 kJ<br>8 BE<br>28,4 g<br>18,5 g<br>88,5 g   | Couscoussalat mit<br>Kartoffelstücken und einem<br>pikanten Paprikadipp | 470,1 kcal<br>1960,2 kJ<br>4,6 BE<br>11,4 g<br>22,2 g<br>53,1 g | Backcamembert mit einem<br>gem Salat , Preiselbeeren<br>und Baguette | 722,5 kcal<br>3016,9 kJ<br>2,5 BE<br>29,4 g<br>35 g<br>69,7 g   |
|                                  |                                                                    |                                                                 |                                                                            |                                                                |                                                                                    |                                                                 |                                                                         |                                                                 |                                                                      |                                                                 |
| Zusatzstoffe                     | 1, 4, a, c, g, j                                                   | 0,00 €                                                          | a                                                                          | 0,00 €                                                         | 1, 2, 3, 5, 6, a, c, g, i, j, l                                                    | 0,00 €                                                          | 1, 2, 3, 5, c, g, j                                                     | 0,00 €                                                          | 1, 3, a, c, g, j, l                                                  | 0,00 €                                                          |
| Portionsmenge                    |                                                                    |                                                                 |                                                                            |                                                                |                                                                                    |                                                                 |                                                                         |                                                                 |                                                                      |                                                                 |
| Dessert                          | Mandarinenjoghurt                                                  | 173,5 kcal<br>722,3 kJ<br>1,1 BE<br>9,3 g<br>10,4 g<br>10,1 g   | Frisches Obst                                                              | 62,4 kcal<br>262,8 kJ<br>1,2 BE<br>0,6 g<br>0,4 g<br>14,9 g    | Pistazienpudding, eigene<br>Herstellung                                            | 138,4 kcal<br>582,4 kJ<br>2 BE<br>3,3 g<br>3,5 g<br>23,1 g      | Frisches Obst                                                           | 114 kcal<br>477,6 kJ<br>2,1 BE<br>1,4 g<br>0,2 g<br>25,7 g      | Fruchtquark, eigene<br>Herstellung                                   | 380,3 kcal<br>1586,7 kJ<br>5,1 BE<br>9,3 g<br>9,4 g<br>61,3 g   |
|                                  |                                                                    |                                                                 |                                                                            |                                                                |                                                                                    |                                                                 |                                                                         |                                                                 |                                                                      |                                                                 |
| Zusatzstoffe                     | g                                                                  | 0,00 €                                                          |                                                                            | 0,00 €                                                         | 1, g, h, a8                                                                        | 0,00 €                                                          |                                                                         | 0,00 €                                                          | 1, 3, g                                                              | 0,00 €                                                          |
| T)Glutenfreies                   | Gluten                                                             |                                                                 | Gluten                                                                     |                                                                | Gluten                                                                             |                                                                 | Gluten                                                                  |                                                                 | Gluten                                                               |                                                                 |
|                                  |                                                                    | 0,00 €                                                          |                                                                            | 0,00 €                                                         |                                                                                    | 0,00 €                                                          |                                                                         | 0,00 €                                                          |                                                                      | 0,00 €                                                          |

## Legende der Inhaltsstoffe

|                              |      |
|------------------------------|------|
| Energie (Kilokalorien)       | kcal |
| Energie (Kilojoule)          | kJ   |
| Proteinanteile               | BE   |
| Eiweiß (Protein)             | g    |
| Fett                         | g    |
| Kohlenhydrate, resorbierbare | g    |

## Legende der Zusatzstoffe und Allergene

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle(Aspartam), 6 - mit Phosphat, 7 - gewachst, 8 - geschwärzt, 9 - geschwefelt, - mit Schwein oder tier. Fett, - z. T. fein zerkleinertes Fleisch, a - enth. Gluten, b - enth. Krebstiere, c - enth. Ei, d - enth. Fisch, e - enth. Erdnüsse, f - enth. Soja (gen-tech-frei), g - enth. Milch einschl. Laktose, h - enth. Schalenfrüchte, i - enth. Sellerie, j - enth. Senf, k - enth. Sesam, l - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, 10 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, - unter Schutzatmosphäre verpackt, - mit Milcheiweiß, 11 - koffeinhaltig, - mit Geflügelfleischanteil, 12 - chininhaltig, n - enth. Weichtiere, - auf der Grundlage von Tafelsüße, - mit Alkohol, - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt, - aus gentech. veränderten Lebensmitteln hergestellt, - gentechnisch verändert, m - enth. Lupinen, - mit erhöhtem Tauringehalt, - mit Stärke oder Pflanzenstärke, - mit Jodsalz, - Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen, - mit Nitritpökelsalz, - mit Eiklar, - mit kakaohaltiger Fettglasur, - mit Knoblauch, - Rindfleisch, - Geflügel, - andere Fleischsorte, - Fisch, - aus Fleischstücken zusammengefügt, - aus Fischstücken zusammengefügt, - enth. Glutamat, - enth. Koriander, - enth. Karotte, - enth. Gemüse, - enth. Hühnchenfleisch, - enth. Mais, - unter Verwendung von Sahne, - enth. Molkenpulver, - enth. Pflanzeneiweiß, - unter Verwendung von Milch, - enth. Weizen, a1 - enth. Roggen, a2 - enth. Gerste, a3 - enth. Hafer, a4 - enth. Dinkel, a5 - enth. Kamut, a6 - enth. Mandeln, a7 - enth. Haselnuss, a8 - enth. Walnuss, a9 - enth. Cashewnuss, - enth. Persipan, a10 - enth. Pekannuss, a11 - enth. Paranuss, a12 - enth. Pistazie, a13 - enth. Macadamianuss, - mit Sauerstoff unter Hochdruck farbstabilisiert, - enth. Süßholz, - Enth. Süßholz. Bei hohem Blutdruck sollte ein übermäßiger Verzehr vermieden werden., - Erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen., - mit zugesetzten Pflanzensterinen, - aufgetaut, - enth. Zutatenersatz, - enth. zugesetzte Eiweiße, - zugesetztes Wasser > 5%, - Wursthülle ist nicht zum Verzehr geeignet, - Enth. Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen.

Komponenten vom Speiseplan können auf Grund höherer Gewalt abweichen !