

Speiseplan Schulen

Speiseplan vom 12.10.2026 bis 18.10.2026, 42. Kalenderwoche



Datum	Montag 12.10.2026		Dienstag 13.10.2026		Mittwoch 14.10.2026		Donnerstag 15.10.2026		Freitag 16.10.2026	
Menülinie										
B)Menü 2 ohne Schweinefleisch	Putenschnitzel mit Pommes frites, Schaschliksauce und einem Krautsalat	985,3 kcal 4136,9 kJ 5,1 BE 38,7 g 63,4 g 61,7 g	Putengeschnetzeltes "Gyros Art" mit Reis und Tzatziki	468,5 kcal 1973,3 kJ 4,4 BE 45,4 g 7,8 g 52,7 g	Nudelpfanne mit Gemüse und Tomatensauce dazu ein Beilagensalat	647,6 kcal 2730,6 kJ 6,9 BE 29,1 g 20,2 g 85,5 g	Hausgemachter Lachs Auflauf	498,3 kcal 2082,2 kJ 4,6 BE 28,1 g 17,3 g 56 g	Szegediner Rindergulasch mit Dampfkartoffeln	449,3 kcal 1874,1 kJ 2,7 BE 37,9 g 17,3 g 32,3 g
		1, 3, a, f, i, j, l, 10		0,00 € g		0,00 €		1, 2, 3, 4, 5, a, c, f, g, h, j		0,00 €
Portionsmenge										
C)Vegetarisch	Weißkohleintopf mit Brötchen	243,1 kcal 1016,9 kJ 3,8 BE 9 g 2,1 g 45,3 g	Gemischter Salateller mit einem Ei als Topping, Brötchen	416,9 kcal 1743,7 kJ 3 BE 14,6 g 23,7 g 36,1 g	Vegetarische Kartoffelsuppe mit einem Brötchen	340,4 kcal 1420,7 kJ 5 BE 10,6 g 5,4 g 59,9 g	2 Senfeier mit Kartoffeln und einem Wachsbrechbohnnensalat	386,4 kcal 1611,1 kJ 3,1 BE 17,3 g 19 g 33,3 g	Couscoussalat mit Falafel und Paprikadipp	450,7 kcal 1881 kJ 1,8 BE 12,2 g 28,8 g 31,7 g
		1, 4, a, i, j		0,00 €		1, 2, 3, 5, a, c, g, j		0,00 €		1, 4, a, g, i, j
Portionsmenge										
Dessert	Mandarinenjoghurt aus eigener Herstellung	102,7 kcal 430,8 kJ 0,9 BE 6,6 g 3 g 12 g	Frisches Obst	52 kcal 219 kJ 1 BE 0,5 g 0,3 g 12,4 g	Schokoladenpudding aus eigener Herstellung	133,4 kcal 561,6 kJ 1,9 BE 3,8 g 3,7 g 20,7 g	Frisches Obst	95 kcal 398 kJ 1,8 BE 1,2 g 0,2 g 21,4 g	Multifruchtquark aus eigener Herstellung	102 kcal 427,7 kJ 0,8 BE 12,6 g 0,8 g 10,2 g
		g		0,00 €				0,00 € g		0,00 €
T)Glutenfreies	Gluten		Gluten		Gluten		Gluten		Gluten	
		0,00 €		0,00 €				0,00 €		

Legende der Inhaltsstoffe

Energie (Kilokalorien)	kcal
Energie (Kilojoule)	kJ
Broteinheiten	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. Molkeniweiß, - mit Milchpulver, - 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 !