



Speiseplan

Erich-Fried-Gesamtschule

vom 19.01.2026 bis 23.01.2026



DE-ÖKO-006

Verwendete Bioprodukte
siehe Aushang oder Internet

	Ausgabe 1	vegetarisch	Ausgabe 2	Pizza	Salatbuffet	Nudelbuffet
MO	Frisckäsetasche mit Soße, Salzkartoffeln und Erbse Möhren	Frisckäsetasche mit Soße, Salzkartoffeln und Erbse Möhren	Hühnersüppchen mit 1 Brötchen	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat 9er Jahrgang	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, G, I	A1, G, I	A1, I	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
DI	Chicken Nuggets mit Reis, Rahmsoße und Salat	Blumenkohlauflauf mit Käse überbacken und Salat	Blumenkohlauflauf mit Käse überbacken und Salat	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat 10er Jahrgang	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, G, I	A1, G, I	A1, G, I	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
MI	Fleischklops mit Rahmweißkohl und Kartoffeln	veg. Spitzkohleintopf	Spitzkohleintopf mit Rindermettwurststückche	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Spinat Oberstufe	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, C, G, I, J, K, M	G, I	G, I, J	A1, G A1, G, O, 1, 2 A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
DO	Pfannkuchen mit heißen Kirschen	Pfannkuchen mit Champignon a la creme	Pilzrahmgulasch vom Rind mit Nudeln und Salat	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Peperoni 5.1,5.2,5.3	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, C, G	A1, C, G, I	A1, G, I	A1, G A1, G A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I
FR	Ravioli in Tomatensoße und Salat	Ravioli in Tomatensoße und Salat	Seelachsfilet im Gemüsebett mit Soße und Salzkartoffeln	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Peperoni 5.4,5.5,5.6	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, F, G, I	A1, F, G, I	A1, D, G, I	A1, G A1, G A1, G	A1, C, F, G, H2, I, J, K, M, 1	A1, G, I A1, G, I A1, G, I

Zu jedem Essen gibt es eine Nachtischauswahl oder ein Getränk

Änderung des Speiseplans vorbehalten

Zusatzstoffe / Allergene:

A Glutenhaltiges Getreide*: Weizen (wie Dinkel und Khorasan-Weizen)*, Roggen*, Gerste*, Hafer* und Hybridstämme davon; B Krebstiere*; C Eier*; D Fische*; E Erdnüsse*; F Sojabohnen*; G Milch*;

H Schalenfrüchte*: Mandeln**, Haselnüsse**, Walnüsse**, Kaschunüsse**, Pecannüsse**, Paranüsse**, Pistazien**, Macadamia** und Queenslandnüsse**; I Sellerie*; J Senf*; K Sesamsamen*;

L Schwefeldioxid und Sulfite*; M Lupinen*; N Weichtiere*; 1 Schweinefleisch*; 2 Nitritpökelsalz; * = und Erzeugnisse daraus