



# Speiseplan

Erich-Fried-Gesamtschule  
vom 23.03.2026 bis 27.03.2026



DE-ÖKO-006

Verwendete Bioprodukte  
siehe Aushang oder Internet

	Ausgabe 1	vegetarisch	Ausgabe 2	Pizza	Salatbuffet	Nudelbuffet
<b>MO</b>	Kartoffeln Kräuter der Provence, mit Bohnen und geriebenem Käse	Gemüsesüppchen mit Nudleinlage und Brötchen	Nudelsüppchen mit Rindfleisch und 1 Brötchen	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Feta 8er Jahrgang	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	G	A1, 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
<b>DI</b>	Bratnudeln mit Ketchup und Salat	Bratnudeln mit Ketchup und Salat	Rindergeschnetzeltes Züricher Art mit Reis und Salat	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Feta 9er Jahrgang	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, C	A1, C	A1, G, I	A1, G   A1, G, O, 1, 2   A1, G	A1, C, F, G, I, J, K, M, 1	A1, G, I   A1, G, I   A1, G, I
<b>MI</b>	Köttbullar mit Rahmsoße, Reis und Salat*	Blattspinatauflauf mit Käse überbacken und Salat	Blattspinatauflauf mit Käse überbacken und Salat	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Feta 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, I, J, K, M, 1	A1, G, I   A1, G, I   A1, G, I
<b>DO</b>	Pilzrahmgulasch vom Rind mit Nudeln und Salat	Champignons* a la Creme* mit Spätzle und Salat*	Grieß mit Zimtkruste, Kirscheinlage und Vanillesoße	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Feta Oberstufe	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, G, I	A1, C, G, I	A1, G	A1, G   A1, G, O, 1, 2   A1, G	A1, C, F, G, I, J, K, M, 1	A1, G, I   A1, G, I   A1, G, I
<b>FR</b>	Putengeschnetzeltes Hawaii mit Früchten, Reis und Salat	veg. Reispfanne mit Käse überbacken und Salat	Fischpfanne mit buntem Gemüse und Nudeln	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Feta 5.1,5.2,5.3	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, G, I	A1, G, I	A1, B, D, G, I	A1, G   A1, G, O, 1, 2   A1, G	A1, C, F, G, I, J, K, M, 1	A1, G, I   A1, G, I   A1, G, I

Zu jedem Essen gibt es eine Nachtschmahl 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\*, Macadamias\* und Queenslandnüsse\*; I Sellerie\*; J Senf\*; K Sesamsamen\*;

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

Wir verwenden jodiertes Speisesalz

Produktionsbedingt können immer Spuren der Allergene in den Speisen enthalten sein

SpeisePLAN© by J. Lindemann