

Speiseplan

Erich-Fried-Gesamtschule

vom 23.11.2026 bis 27.11.2026



DE-ÖKO-006

Verwendete Bioprodukte siehe Aushang oder Internet

	Ausgabe 1	vegetarisch	Ausgabe 2	Pizza	Salatbuffet	Nudelbuffet
MO		Mensa geschlossen				
	G	A1, G, I	A1, G, I	A1, G | A1, G | A1, G	A1, C, F, G, I, J, K, M, 1	A1, G, I | A1, G, I | A1, G, I
DI	Chicken Nuggets mit Reis,Rahmsoße und Salat	Kartoffelauflauf mit Käse überbacken und Salat	Kartoffelauflauf mit Käse überbacken und Salat	Pizza Margherita Pizza Rindersalami Pizza Spinat Oberstufe	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 | A1, G	A1, C, F, G, I, J, K, M, 1	A1, G, I | A1, G, I | A1, G, I
MI	Rinderbratwurst mit Kartoffeln und Kohlrabigemüse	Möhreneintopf mit Räuchertofuwürfel*	Möhreneintopf mit Rindermettwurst geschnitten	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Krabben 5.1,5.2,5.3	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, G, I, J	A1, F, G, I	G, I, J	A1, G | A1, G, O, 1, 2 | A1, B, G	A1, C, F, G, I, J, K, M, 1	A1, G, I | A1, G, I | A1, G, I
DO	Pfannekuchen mit heißen Kirschen	Pfannekuchen mit Blattspinat	Schaschlikfleisch* vom Schwein* mit Nudeln und Salat*	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Krabben 5.4,5.5,5.6,5.7	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, C, G	A1, C, G	A1, I, 1	A1, G | A1, G, O, 1, 2 | A1, B, G	A1, C, F, G, I, J, K, M, 1	A1, G, I | A1, G, I | A1, G, I
FR	Mediterrane Gnocchi mit Zucchini und Paprika	Mediterrane Gnocchi mit Zucchini und Paprika	Fisch gedünstet mit Reis, Erbsen und Senfsoße	Pizza Margherita Pizza Schinken gek. Pizza Krabben 6.1,6.2,6.3	Salatteller nach Wahl mit Beilage	Nudelauswahl mit Soßen* nach Wahl und Salat*
	A1, F	A1, F	A1, D, G, J	A1, G | A1, G, O, 1, 2 | A1, B, 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 Nachtischauswahl oder ein Getränk

Änderung des Speiseplans vorbehalten

Zusatzstoffe / Allergene:

A Glutenhaltiges Getreide*: Weizen (wie Dinkel und Khorasan-Weizen)[1], Roggen[2], Gerste[3], Hafer[4] und Hybridstämme davon; B Krebstiere*; C Eier*; D Fische*; E Erdnüsse*; F Sojabohnen*; G Milch*; H Schalenfrüchte*: Mandeln[1]*, Haselnüsse[2]*, Walnüsse[3]*, Kaschunüsse[4]*, Pecannüsse[5]*, Paranüsse[6]*, Pistazien[7]*, Macadamia[8]*- und Queenslandnüsse[9]*; I Sellerie*; J Senf*; K Sesamsamen*; L Schwefeldioxid und Sulfite*; M Lupinen*; N Weichtiere*; 1 Schweinefleisch*; 2 Nitritpökelsalz; *= und Erzeunisse daraus

Wir verwenden jodiertes Speisesalz

Produktionsbedingt können immer Spuren der Allergene in den Speisen enthalten sein

SpeisePLAN© by J. Lindemann