

SPEISENPLAN



KW 5 / 2026

26.01.2026 – 30.01.2026

MONTAG

Penne (gw) mit Linsenbolognese (i, gh)
Zitronenjoghurt (m)

DIENSTAG

Gebackene Fischstäbchen (MSC Seelachsfilet) (gw, f) mit Kartoffelpüree (m)
Veg. Alternative: Gemüestäbchen (i, e, m, gw) mit Kartoffelpüree (m)
Gemüsekiste

MITTWOCH

Rinderhackfleischtopf mit Mais und Kidney Bohnen (m, i)
dazu Langkornreis
Veg. Alternative: Chili sin Carne (i, gd, gk, gh) mit Langkornreis
Obstkiste

DONNERSTAG

Brokkolicremesuppe (m, i)
Quarkauflauf mit Dinkelgrieß (gw, gd, e, m) und Pfirsichkompost

FREITAG

Kartoffelrösti mit Kräuterquark (m)
Saisonaler Blattsalat aus dem Knoblauchsland mit Chef dressing (sn, i)

Hinweis: Aufgrund der aktuellen Marktsituation kann es zu Änderungen einzelner Speisen kommen.
Wir versuchen immer eine vergleichbare Alternative zu liefern.

Allergene: g = Gluten gh = Hafer sn = Senf
gw = Weizen gr = Roggen sj = Soja
gg = Gerste m = Milch sm = Sesam
gd = Dinkel f = Fisch gk = Grünkern

i = Sellerie
e = Ei