









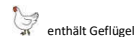


Speiseplan Mai

Datum	Menü 1	Fleischalternative zu Menü 1	Menü 2 ovo-lacto-vegetarisch DGE zertifiziert 	Gemüse/ Obst/ Dessert für alle Menülinien DGE zertifiziert 
Mittwoch, 01.05.2024	Feiertag		Feiertag	Feiertag
Donnerstag, 02.05.2024	Hackfleischpfanne vom Rind (Rinderhackfleisch(BIO)) mit Tomate und mediterranem Gemüse _(R, Z, 5 g KH) , Vollkornreis Fairtrade(BIO) _(33 g KH) 		Vollkornspirelli(BIO) _(GL, WZ, 32 g KH) mit hausgemachtem Pesto aus frischen Kräutern _(Ei, L, M, 2) und Reibekäse(BIO) _(M, 3 g KH)	Gemüse Snack, Obst der Saison(BIO)
Freitag, 03.05.2024	Backfischfilet vom Alaska Seelachs _(F, GL, WZ, 10 g KH) auf Dillsoße _(L, M, 4 g KH) mit Karottenscheiben (Karotten(BIO)) _(L, M, 6 g KH) und Kartoffeln(BIO) _(15 g KH) 		Gemüsesuppe mit Käse(BIO), Kartoffeln(BIO), Blumenkohl(BIO) und Karotten(BIO) _(L, M, 3 g KH) , dazu Vollkornbrot(BIO) _(GL, SS, WZ, RG, GR, HF, 34 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Vanillequark (Quark(BIO), Milch(BIO)) _(L, M, 6 g KH)
Montag, 06.05.2024	Kartoffelsuppe (Kartoffeln(BIO), Möhren, Sellerie, Porree) _(L, M, SL, 4 g KH) , Milchreis (Reis(BIO)) _(L, M, 22 g KH) mit Zucker & Zimt (96 g KH) und Apfelmark _(3, 12 g KH)		Kaiserspätzle mit Champignons und Gemüsestreifen (Spätzle(BIO), Karotten, Porree, Sellerie) _(Ei, GL, SL, WZ, 7 g KH) , mit Käse-Kräuter-Soße (Käse(BIO)) _(L, M, 2 g KH)	Gemüse Snack, Käswürfel(BIO), Obst der Saison(BIO)
Dienstag, 07.05.2024	Hähnchenbruststeak _(G, 1 g KH) mit Rahmerbsen (Erbsen(BIO)) _(L, M, 6 g KH) und Kartoffeln(BIO) _(15 g KH) 		Linseneintopf mit Wurzelgemüse (Linsen(BIO), Kartoffeln(BIO), Porree(BIO), Sellerie(BIO), Möhren(BIO)) _(L, M, SL, 9 g KH) , Sonnenblumenbrot(BIO) _(GL, RG, 34 g KH)	Karottensalat mit Apfel (Karotten(BIO)) _(3, 9 g KH)
Mittwoch, 08.05.2024	Fruchtiges Wildlachscurry (Apfel, Karotte(BIO), Porree(BIO)) _(F, L, M, 3, 5 g KH) mit Vollkornreis Fairtrade(BIO) _(33 g KH) 		Vollkornspirelli(BIO) _(GL, WZ, 32 g KH) mit Tomatensoße "Napoli" (Tomate(BIO), Zwiebel(BIO)) _(5 g KH) und Reibekäse(BIO) _(M, 3 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Quarkspise "Zitrone" (Quark (BIO), Milch(BIO)) _(L, M, 7 g KH)
Donnerstag, 09.05.2024	Feiertag		Feiertag	Feiertag
Freitag, 10.05.2024	Rindergulasch (Rindfleisch(BIO)) _(R, 4 g KH) mit Apfelrotkohl(Rotkohl(Bio)) _(3, 9 g KH) und Kartoffeln(BIO) _(15 g KH) 		Italienische Gemüselasagne (Nudelplatten(BIO), Tomaten(BIO), Möhre(BIO), Sellerie(BIO), Lauch(BIO), Käse(BIO)) _(GL, L, M, SL, WZ, 9 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Joghurt(BIO) mit Kirschen _(L, M, 10 g KH)
Montag, 13.05.2024	Gabelspaghetti(BIO) _(GL, WZ, 66 g KH) mit Tomaten-Basilikum-Soße (Tomate(BIO)) _(6 g KH) und Reibekäse(BIO) _(M, 3 g KH)		Grüne Bohneneintopf (Bohnen(BIO), Kartoffeln(BIO)) _(L, M, SL, 5 g KH) , Sonnenblumenbrot(BIO) _(GL, RG, 34 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Gouda-Käsewürfel(BIO) _(L, M, 3 g KH) , Obst der Saison(BIO) _(14 g KH)
Dienstag, 14.05.2024	Asiatisches Hähnchen -Curry (Zucchini(BIO), Erbsen(BIO), Champignons(BIO), Tomaten(BIO), Sprossen Mungo(BIO)) _(G, GL, L, M, S, J, 2 g KH) , dazu Fairtrade-Reis(BIO) _(32 g KH) 		Kartoffel-Spinat-Auflauf (Kartoffel(BIO), Spinat(BIO), Käse(BIO)) _(L, M, 9 g KH)	Eisbergsalat(BIO) _(2 g KH) , dazu hausgemachtem Joghurdressing mit feiner Senfnote _(Ei, L, M, SE, 5 g KH)
Mittwoch, 15.05.2024	Schnittlauchrührei _(Ei, 3, 1 g KH) mit Rahmspinat _(L, M, 3 g KH) und Kartoffeln(BIO) _(15 g KH)		Crispy Nuggets _(GL, S, J, WZ, 6 g EW) an hausgemachtem Nudelsalat mit Mayonnaise (Nudeln(BIO), Karotten, Mais, Erbsen) _(Ei, GL, SE, WZ, 24 g KH)	Gemüse Snack, Quark mit Erdbeeren (Quark(BIO), Milch(BIO)) _(L, M, 8 g KH)
Donnerstag, 16.05.2024	Burger Tag „Sunshine-Burger Classic“ _(Ei, GL, R, SE, SL, SS, Z, WZ, 20 g KH) , Amerikanischer Krautsalat (Weißkohl, Karotte, Mayonnaise) _(Ei, L, M, SE, 5 g KH) 		Burger Tag " Sunshine-Burger Veggi" _(Ei, GL, SE, SL, SS, WZ, 24 g KH) , Amerikanischer Krautsalat (Weißkohl, Karotte, Mayonnaise) _(Ei, L, M, SE, 5 g KH)	Banane-Fairtrade(BIO) _(20 g KH)
Freitag, 17.05.2024	Fischragout mit Gemüsestreifen vom Seelachs (Karotten, Porree, Sellerie) in Dillsoße _(F, L, M, SL, 4 g KH) , dazu Vollkornreis Fairtrade(BIO) _(33 g KH) 		Gemüse-Köttbullar (Kartoffeln, Erbsen, Mais, Möhren, Grünkohl, Zwiebeln) _(Ei, 22 g KH) mit Kräuter-Quarkdip _(L, M, 5 g KH) und Vollkorn-Couscous(BIO) _(GL, WZ, 32 g KH)	Gemüse Snack _(3 g KH) , Joghurdessert (Joghurt(BIO) mit Cornflakes) _(L, M, 9 g KH)










Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo  entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Die Nährwertangaben/Kohlenhydratangaben (KH) beziehen sich auf 100g der jeweiligen Menü-Komponente und werden in g KH (Gramm Kohlenhydrate) angegeben.

Kennzeichnung von Farb- und Zusatzstoffen:

(1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) Schwefeldioxid und Sulfite; (6) geschwärzt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmittel; (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (A) Aromen, (C) Betacarotin, (CH) Chinin, (Ei) Eier, (EM) Emulgator, (EN) Erdnüsse, (DK) Dinkel, (F) mit Fisch, (G) mit Geflügel, (GL) glutenhaltiges Getreide, (GR) Gerste, (HF) Hafer, (K) Krebs, (KO) Koffein, (L) Lactose, (LU) Lupine, (M) Milch, (N) Nüsse/Schalenfrüchte, (R) mit Rind, (RG) Roggen, (S) mit Schwein, (SE) Senf, (SJ) Soja, (SL) Sellerie, (SS) Sesamsamen, (W) Weichtiere, (WZ) Weizen, (Z) zerkleinert, (*) kann Spuren von Nüssen, Schalenfrüchten oder Erdnüssen enthalten.

Speiseplan Mai

Datum	Menü 1	Fleischalternative zu Menü 1	Menü 3 ovo-lacto-vegetarisch DGE zertifiziert 	Gemüse/ Obst/ Dessert für alle Menülinien DGE zertifiziert 
Montag, 20.05.2025	Feiertag		Feiertag	Feiertag
Dienstag, 21.05.2024	Spinatsuppe ^(L, M) , Grießbrei ^{(Grieß(BIO))} ^(GL, L, M, WZ, 34 g KH) mit Erdbeersoße ^(10 g KH)		Gemüsepfanne aus Mais, Kidneybohnen, Karotten, Sellerie, Erbsen, Bohnen, Paprika mit indischen Paneer-Käsewürfel ^(M, SL, 6 g KH) mit feurröter Gemüesoße aus Tomaten, Paprika und Karotten ^(8 g KH) und Fairtrade-Reis ^(BIO) ^(32 g KH)	Gemüse Snack, Käsewürfel ^(BIO) ^(L, M, 3 g KH) , Obst der Saison ^(BIO)
Mittwoch, 22.05.2024	Eierragout mit Möhren und Erbsen (Möhren ^(BIO) , Erbsen ^(BIO)) ^(Ei, L, M, SE, 5 g KH) , dazu Kartoffeln ^(BIO) ^(15 g KH)		Bunter Kartoffelaufauf (Kartoffeln ^(BIO) , Erbsen ^(BIO) , Karotten ^(BIO) , Käse ^(BIO)) ^(L, M, 11 g KH)	Gemüse Snack ^(BIO) , Quarkspise (Quark ^(BIO) , Milch ^(BIO)) mit Butterkeks ^(L, M, 6 g KH)
Donnerstag, 23.05.2024	Rindergeschnetzeltes "Stroganow Art" (Rindfleischstreifen ^(BIO) mit Champignons & Gewürzgurke) ^(L, M, B, SE, 4 g KH) und Fairtrade-Reis ^(BIO) ^(32 g KH) 		Kräuterquark ^(L, M, 3 g KH) mit Butter ^(L, M) und Leinöl, dazu Kartoffeln ^(BIO) ^(15 g KH)	Gemüse Snack, Obst der Saison ^(BIO)
Freitag, 24.05.2024	Soße vom Wildlachs mit Tomate ^(BIO) und Paprika ^(BIO) ^(F, L, M, 7 g KH) an Vollkorn-Muschelnudeln ^(BIO) ^(GL, WZ, 59 g KH) 		Gemüse-Knusperbagel (Blumenkohl, Erbsen, Karotten, Broccoli, Zwiebeln) ^(GL, SL, WZ, DK, 25 g KH) mit Kohlrabi-Möhrengemüse (Kohlrabi ^(BIO) , Möhren ^(BIO)) in heller Soße ^(L, M, 6 g KH) und Vollkornreis Fairtrade ^(BIO) ^(32 g KH)	Gemüse Snack ^(BIO) , Joghurt ^(BIO) mit Honig ^(BIO) ^(L, M, 6 g KH)
Montag, 27.05.2024	Gemüsefrikadelle aus Möhren, Pastinaken, Erbsen, Romanesco, Mais, Zwiebeln und Kartoffeln ^(Ei, GL, WZ, 16 g KH) , dazu eine helle Soße „Holländische Art“ ^(Ei, L, M, 4 g KH) , Blumenkohl- und Broccoliröschen ^(C, 3 g KH) und Kartoffeln ^(BIO) ^(15 g KH)		Rote Linsenbolognese (Zwiebeln, Tomate, Porree, Sellerie, Möhren) ^(SL, 9 g KH) auf Makkaroni ^(BIO) ^(GL, WZ, 29 g KH)	Gemüse Snack, Käsewürfel ^(BIO) ^(L, M, 3 g KH) , Obst der Saison ^(BIO)
Dienstag, 28.05.2024	Hühnerfrikassee mit Karotten und Erbsen ^(G, L, M, 5 g KH) , dazu Kartoffeln ^(BIO) ^(15 g KH) 		Cannelloni "Ricotta & Spinat" ^(BIO) mit Tomatenragout und Gouda ^(BIO) überbacken ^(Ei, L, M, WZ, 17 g KH)	Hausgemachter Gurkensalat mit Dill ^(4 g KH)
Mittwoch, 29.05.2024	Kartoffelsuppe mit Gemüse und Frischkäse (Kartoffeln ^(BIO) , Möhren, Porree, Sellerie) ^(L, M, SL, 8 g KH) , dazu ein vegetarisches Würstchen ^(Ei, 3 g KH) und Vollkornbrot ^(BIO) ^(GL, SS, WZ, RG, GR, HF, 34 g KH)		Kichererbsencurry (Kichererbsen, Karotten, Porree, Sellerie, Kürbis) ^(SL, 7 g KH) mit Kurkuma Reis Fairtrade ^(BIO) ^(31 g KH)	Gemüse Snack, Quark mit Brombeeren (Quark ^(BIO) , Milch ^(BIO)) ^(L, M, 8 g KH)
Donnerstag, 30.05.2024	"Bolognese" (Rinderhack ^(BIO) , Tomate ^(BIO) , Zwiebel ^(BIO) , Porree ^(BIO) , Sellerie ^(BIO) , Möhren ^(BIO)) ^(R, SL, Z, 4 g KH) mit Reibekäse ^(BIO) ^(M, 3 g KH) auf Vollkorn-Makkaroni ^(BIO) ^(GL, WZ, 28 g KH) 		Gemüse-Bolognese (Tomaten ^(BIO) , Zwiebeln ^(BIO) , Porree ^(BIO) , Sellerie ^(BIO) , Möhren ^(BIO)) ^(SL, 6 g KH) mit Reibekäse ^(BIO) ^(M, 3 g KH) auf Vollkorn-Makkaroni ^(BIO) ^(GL, WZ, 28 g KH)	Gemüse Snack ^(BIO) , Obst der Saison ^(BIO)
Freitag, 31.05.2024	Fischstäbchen vom Alaska Seelachs ^(F, GL, 3, WZ, 13 g KH) mit heller Zitronensoße ^(Ei, L, M, 7 g KH) , Sommergemüse (Blumenkohl ^(BIO) , Bohnen ^(BIO) , Karotten ^(BIO) , Erbsen ^(BIO)) ^(C, 3 g KH) und Kartoffeln ^(BIO) ^(15 g KH) 		Tortellini mit Gemüsefüllung ^(BIO) ^(Ei, GL, WZ, 25 g KH) mit Käsesoße (Käse ^(BIO)) ^(L, M, 3 g KH)	Gemüse Snack ^(BIO) , Joghurt ^(BIO) "Stracciatella" ^(L, M, S, 11 g KH)



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo  entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Die Nährwertangaben/Kohlenhydratangaben (KH) beziehen sich auf 100g der jeweiligen Menü-Komponente und werden in g KH (Gramm Kohlenhydrate) angegeben.

Kennzeichnung von Farb- und Zusatzstoffen:

(1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) Schwefeldioxid und Sulfite; (6) geschwärzt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmittel; (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (A) Aromen, (C) Betacarotin, (CH) Chinin, (Ei) Eier, (EM) Emulgator, (EN) Erdnüsse, (DK) Dinkel, (F) mit Fisch, (G) mit Geflügel, (GL) glutenhaltiges Getreide, (GR) Gerste, (HF) Hafer, (K) Krebs, (KO) Koffein, (L) Lactose, (LU) Lupine, (M) Milch, (N) Nüsse/Schalenfrüchte, (R) mit Rind, (RG) Roggen, (S) mit Schwein, (SE) Senf, (SJ) Soja, (SL) Sellerie, (SS) Sesamsamen, (W) Weichtiere, (WZ) Weizen, (Z) zerkleinert, (*) kann Spuren von Nüssen, Schalenfrüchten oder Erdnüssen enthalten.