

Speiseplan Februar 2023

GS Jürgenohl/Hahndorf



vegetarisches Gericht



Fischgericht



Geflügelgericht



Rindfleischgericht



Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag 30.01.2023	Zeugnisferien!		Zeugnisferien!		Zeugnisferien!	
Allergene und Zusatzstoffe						
Dienstag 31.01.2023	Zeugnisferien!		Zeugnisferien!		Zeugnisferien!	
Allergene und Zusatzstoffe						
Mittwoch 01.02.2023	<u>Fisch:</u> Fischfrikadelle vom MSC Seelachs mit Dill-Kräutersoße und Kartoffeln 		Knusperschnitte „Hong Kong“, Sauce süß-sauer, dazu Langkorn-Reis 		 Gesunder Salatteller mit gerösteten Kerne-Mix, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 14, a, c		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, a			
Donnerstag 02.02.2023	<u>Suppentag:</u> Cremige rote Linsensuppe mit Suppenfleischklößchen, dazu Weizenbrötchen und Mandarinenjoghurt 		<u>Suppentag:</u> Cremige rote Linsensuppe, dazu Weizenbrötchen und Mandarinenjoghurt 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 5, 7, 9, 10, 11, 12, a, c, f, i		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, g			
Freitag 03.02.2023	Eierragout mit Mischgemüse, dazu Salzkartoffeln 		Gemüse-Knusper-Dinos mit Kräutersoße und Kartoffelpüree 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 7, 9, 12, a, c		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 12, a, c			

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!

Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3, 7, 10)

Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen, 3, 7, 10)

Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade enthalten: (5, 8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse Jenthalt: 7 a, g, i)

Guten Appetit!

Speiseplan Februar 2023

GS Jürgenohl/Hahndorf



vegetarisches Gericht



Fischgericht



Geflügelgericht



Rindfleischgericht



Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag 06.02.2023	<u>Suppentag:</u> Hühnernudelsuppe mit Gemüse und Eierstich dazu Weizenbrötchen und Mangojoghurt 		<u>Suppentag:</u> Nudelsuppe mit Gemüse und Eierstich dazu Weizenbrötchen und Mangojoghurt 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9			
Dienstag 07.02.2023	Hackfleischroulade mit Bratensoße, Kartoffeln und Gemüse 		Gemüse-Röstitaler, Kräutersoße, dazu Kartoffelpüree 		 Salat "Hühnchen" mit Ananas und Hähnchenbrust, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Roggen, Hafer, Gerste, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12		1Weizen, Roggen, Hafer, Gerste, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10, 12	
Mittwoch 08.02.2023	<u>Pasta:</u> Penne mit Gemüsegulasch und Rindfleischbällchen, (Karotten, Brokkoli, Blumenkohl), 		<u>Pasta:</u> Penne mit Gemüsegulasch (Karotten, Brokkoli, Blumenkohl) 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, a, f, j		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12, e			
Donnerstag 09.02.2023	<u>Fisch:</u> Knusperseelachsfilet "Käse & Kräuter" vom MSC Seelachs mit Remouladensoße und Kartoffelsalat 		3 Eierkuchen (ungefüllt) Vanillesauce 		 Salatteller „Käse“ mit Goudastreifen, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 4, 6, 7, 9, 10, a		1Weizen, Roggen, Hafer, Gerste, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, a, b, j		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10	
Freitag 10.02.2023	Gebratener Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, Kartoffeln und Babymöhrrchen 		Balkan-Gemüse-Pfanne, dazu Tomatensoße und Parboiled-Reis 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12, f, j		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 6, 7, 9			

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!

Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3,7,10)

Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen, 3,7,10)

Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade (5,8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse)enthalten: 7,a,g,i

Guten Appetit!

Speiseplan Februar 2023

GS Jürgenohl/Hahndorf



vegetarisches Gericht



Fischgericht



Geflügelgericht



Rindfleischgericht



Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag 13.02.2023	<u>Pasta:</u> Spaghetti mit Fleischwurst- Tomatensoße und italienischem Hartkäse 		<u>Pasta:</u> Spaghetti mit Tomatensoße und italienischem Hartkäse 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 12, a, c, f, i		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 7, 9, a, j		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10, f, i	
Dienstag 14.02.2023	<u>Suppentag:</u> Hausgemachte Kartoffelsuppe mit 1 Geflügel-Würstchen, dazu Weizenbrötchen und Fruchtquark 		<u>Suppentag:</u> Hausgemachte Kartoffelsuppe, dazu Weizenbrötchen und Fruchtquark 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 12, a, c, f, i		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 12, a, c			
Mittwoch 15.02.2023	<u>Fisch:</u> Grillfischfilet mit Paprika- Zucchini-Gemüse in Kräutersoße, Kartoffeln 		6 Brokkoli-Nuggets, Kräutersoße und Kartoffelpüree 		Salatteller „Pute“ mit Putenstreifen, Mandarinen, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Roggen, Hafer, Gerste, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 8, Haselnuss/Mandeln, Walnuss, Kaschunüsse, Pecanüsse, Macadamia, Quetschlandnüsse, 9, 10, 11, 12, a		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10, f, i	
Donnerstag 16.02.2023	2 Hähnchen- Dinos (paniert) Rahmsauce, Möhrengemüse und Kartoffeln 		Sahne-Milchreis mit Zucker & Zimt 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12, a		1Weizen, Roggen, Hafer, Gerste, Dinkel, Kamut, 6, 7, 13, a, c, g			
Freitag 17.02.2023	Gnocchi - Auflauf mit Putenbruststreifen, Gemüse und Gouda überbacken 		Kartoffeln mit Kräuterquark 		Salatteller „Radi“ mit Radieschen, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13		1Weizen, 7, 6, 9, 10, e		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10	

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!

Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3, 7, 10)
Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen, 3, 7, 10)

Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade (5, 8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse) enthalten: 7, a, g, i

Guten Appetit!

Speiseplan Februar 2023

GS Jürgenohl/Hahndorf



vegetarisches Gericht



Fischgericht



Geflügelgericht



Rindfleischgericht



Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag 20.02.2023	<u>Pasta:</u> Vollkorn-Spirelli mit Basilikum-Pesto, gebratenen Hähnchenstreifen und ital. Hartkäse 		<u>Pasta:</u> Vollkorn-Spirelli mit Basilikum-Pesto und ital. Hartkäse 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12, c		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12			
Dienstag 21.02.2023	<u>Fisch:</u> Reispfanne (Mais, Paprika und Erbsen) mit MSC Fisch-Kibbeling und Paprika-Dip 		Eieromelette mit Kartoffeln und Spinat 		 Salatteller „Zucchini“ mit Zucchini-scheiben, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Roggen, Hafer, Gerste, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10	
Mittwoch 22.02.2023	Gebratene Mie - Nudeln mit Putenstreifen und Ei, Ketchup 		4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 7, c, j			
Donnerstag 23.02.2023	<u>Suppentag:</u> Rinder-Bouillon mit Nudeln und Gemüsestreifen, dazu 1 Weizenbrötchen und Fruchtojoghurt 		<u>Suppentag:</u> Klare Bouillon mit Nudeln und Gemüsestreifen, dazu 1 Weizenbrötchen und Fruchtojoghurt 		 Salatteller „Mais & Kidney“ mit Mais und Kidneybohnen, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 9, f, j		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 9		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10	
Freitag 24.02.2023	Geflügelfrikadelle mit Rahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Kartoffeln 		2 Kartoffeltaschen (gefüllt mit Frischkäse), Petersiliensoße, Kaisergemüse 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, a, c, e		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 11, g			

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!

Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3, 7, 10)
Frischer Salat mit Syfter/Caesar Dressing enthält (1Weizen, 3, 7, 10)

Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade (5, 8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse) enthalten: 7, a, g, j

Guten Appetit

Speiseplan Februar 2023

GS Jürgenohl/Hahndorf



vegetarisches Gericht



Fischgericht



Geflügelgericht



Rindfleischgericht



Schweinefleischgericht

Wochentag	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag 27.02.2023	<u>Suppentag:</u> Kartoffel-Möhren-Lauch- Eintopf mit 1 Wiener Würstchen, dazu 1 Weizenbrötchen und Apfelkompott 		<u>Suppentag:</u> Kartoffel-Möhren- Lauch-Eintopf, dazu 1 Weizenbrötchen und Apfelkompott 			
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 1 2, a, c, f, i, j		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 7, 9, 12, a, c, j			
Dienstag 28.02.2023	<u>Pasta:</u> Tortellini (Rindfleischfüllung) in Tomatensoße überbacken mit Gouda 		<u>Pasta:</u> Gemüse-Tortellini in Tomatensoße 		 Salatteller „Pinie“ mit gerösteten Pinienkernen, dazu Brötchen und Dressing 	
Allergene und Zusatzstoffe	1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 1 0, a, c, e		1Weizen, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel, Kamut, Grünkern, 3, 6, 7, 9, 10, 12, a, c		1Weizen, 3, 6, 7, 9, 10	
Mittwoch						
Allergene und Zusatzstoffe						
Donnerstag						
Allergene und Zusatzstoffe						
Freitag						
Allergene und Zusatzstoffe						

Unsere Speisen können Spuren von Gluten, Senf, Sellerie, Fisch, Krebstiere, Weichtiere und Sesam enthalten!

Unsere Salate können Konservierungsstoffe und Sellerie enthalten!

Frischer Salat mit Joghurt/American Dressing enthält (3, 7, 10)

Frischer Salat mit Sylter/Caesar Dressing enthält (1Weizen, 3, 7, 10)

Joghurt und Quarkspeisen mit Früchten oder Schokolade enthalten: (5, 8 Mandeln, Hasel-Wal-Kaschunüsse Jenthalten: 7, a, g, i)

Guten Appetit!