

Speiseplan August

Datum	Menü 1	Menü 2	Menü 3 ovo-lacto-vegetarisch DGE zertifiziert	Gemüse/ Obst/ Dessert für alle Menülinien DGE zertifiziert
Montag, 03.08.2026	Spiralnudeln(BIO) _(GL, WZ, 27 g KH) mit rotem Pesto aus Tomaten, Sonnenblumenkernen und Hartkäse(BIO) _{(L, M, 3, 8, 4 g KH)†} dazu Reibekäse(BIO) _(M, 3 g KH)			Paprika, Kohlrabi, Karotte _{(4 g KH)†} Gouda-Käsewürfel(BIO) _{(L, M)†} Melone(BIO) _(9 g KH)
Dienstag, 04.08.2026	Hausgemachter Kräuterquark _{(L, M, 3 g KH)†} dazu Butter _(L, M) oder Leinöl und Kartoffeln(BIO) _(15 g KH)			Gurkensalat mit Joghurt und Dill (Gurke(BIO)) _{(L, M, 5 g KH)†} Möhrensticks(BIO) _{(7 g KH)†} Frischkäse-Tomaten-Dip _(L, M) Sonnenblumenkerne _(32 g KH)
Mittwoch, 05.08.2026	Mexikanischer Gemüse-Mix aus Mais, Kidneybohnen, Karotten, Sellerie, Erbsen, Bohnen, Paprika rot/grün mit Paneerkäse(BIO) _{(M, SL, 6 g KH)†} , Paprikasoße _(L, M, 5 g KH) und Vollkornreis(BIO) Fairtrade _(33 g KH)			Radieschen, Karotte, Gurke _{(4 g KH)†} Karamellpudding(BIO) _(L, M, 14 g KH) Sonnenblumenkerne _(32 g KH)
Donnerstag, 06.08.2026			Chili sin Carne (Sonnenblumenhack(BIO), Zwiebeln, Kidneybohnen, Tomate) _(SE, SL, *, 13 g KH) mit Reis(BIO) Fairtrade _(32 g KH)	Gurken, Möhren, Kohlrabi _{(4 g KH)†} Frischkäse-Schnittlauch-Dip _{(L, M)†} Frische Pflaumen(BIO) _(9 g KH)
Freitag, 07.08.2026		Gabelspaghetti(BIO) _(GL, WZ, 27 g KH) mit milder Tomaten(BIO) - Oliven - Soße (all'arrabbiata) _{(5 g KH)†} dazu Reibekäse(BIO) _(M, 3 g KH)		Amerikanischer Krautsalat (Weißkohl(BIO), Karotten(BIO), Zwiebeln(BIO), Mayonnaise) _{(EI, L, M, SE, 8 g KH)†} Gurken(BIO), Tomaten(BIO) _{(2 g KH)†} Quark mit Erdbeeren (Quark, Milch)(BIO) _(L, M, 7 g KH)
Montag, 10.08.2026			Blumenkohl-Käse-Stern _(EI, GL, L, M, SL, WZ, *, 20 g KH) mit Petersilienkarottenragout _(L, M, 7 g KH) und frischem hausgemachtem Kartoffelpüree (Kartoffeln(BIO)) _(L, M, 13 g KH)	Gurken, Möhren, Kohlrabi _{(4 g KH)†} Schnittlauch-Quark-Dip _{(L, M, 5 g KH)†} Kiwi(BIO) _(9 g KH)
Dienstag, 11.08.2026	Eierragout mit Möhren(BIO) und Erbsen(BIO) _{(EI, L, M, SE, 5 g KH)†} dazu Kartoffeln(BIO) _(15 g KH)			Grüne Bohnensalat (Bohnen(BIO)) _{(7 g KH)†} Tomate(BIO), Gurke(BIO) _{(2 g KH)†} Sonnenblumenkerne _(32 g KH)
Mittwoch, 12.08.2026			Gemüse-Nudelauflauf (Nudeln(BIO), Broccoli, Karotten, Mais, Sonnenblumenkerne, Käse(BIO)) _{(GL, L, M, WZ, 14 g KH)†} dazu Frischkäsesoße (Frischkäse(BIO)) _(L, M, SL, 6 g KH)	Gurke, Karotte, Cherrytomaten _{(4 g KH)†} Joghurt(BIO) mit Brombeeren _(L, M, 9 g KH) Gouda-Käsewürfel(BIO) _(L, M)
Donnerstag, 13.08.2026			Käsespätzle (Spätzle, Käse)(BIO) _(EI, GL, L, M, WZ, 9 g KH)	Feiner Krautsalat „Rot-Weiß“ (Weißkohl, Rotkohl, Möhren(BIO)) _{(7 g KH)†} Möhrensticks (BIO) _{(7 g KH)†} Frischkäse-Tomaten-Dip _{(L, M)†} Banane-Fairtrade(BIO) _(20 g KH)
Freitag, 14.08.2026		Käse-Lauch-Suppe mit Sonnenblumenhack(BIO) _{(L, M, SE, SL, *, 2 g KH)†} dazu Vollkornbrot(BIO) _(GL, SS, WZ, RG, GR, HF, *, 34 g KH)		Gurken(BIO), Möhren(BIO), Kohlrabi(BIO) _{(4 g KH)†} Schnittlauch-Quark-Dip _{(L, M, 5 g KH)†} Vanillepudding(BIO) _{(L, M, 14 g KH)†} Sonnenblumenkerne _(32 g KH)



enthält Schweinefleisch



enthält Rindfleisch



enthält Fisch



enthält Geflügel



44 – Zutaten und Erzeugnisse in Bioqualität sind grün dargestellt

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, (SI) Soja, (SL) Sellerie, (SS) Sesamsamen, (W) Weichtiere, (WZ) Weizen, (Z) zerkleinert, (*) kann Spuren von Nüssen, Schalenfrüchten oder Erdnüssen enthalten.

Speiseplan August

Datum	Menü 1	Menü 2	Menü 3 ovo-lacto-vegetarisch DGE zertifiziert 	Gemüse/ Obst/ Dessert für alle Menülinien DGE zertifiziert 
Montag, 17.08.2026			Frikassee aus Sojafakes mit Karotten(BIO) und Erbsen(BIO) (GL, L, M, SJ, WZ, 5 g KH) dazu Vollkornreis(BIO) Fairtrade (33 g KH)	Gurke(BIO), Karotte(BIO), Cherrytomaten(BIO) (4 g KH) Gouda-Käsewürfel(BIO) (L, M) Melone(BIO) (9 g KH)
Dienstag, 18.08.2026			Rote Linsenlasagne(Tomaten, Möhren) (GL, L, M, WZ, 11 g KH)	Rote Bete-Apfel-Salat mit Sonnenblumenkernen (3, 10 g KH) Gurke, Kohlrabi (3 g KH) Kräuter-Quark-Dip (L, M, 5 g KH) Sonnenblumenkerne (32 g KH)
Mittwoch, 19.08.2026			Frittierte Falafel(Kichererbsen, Bulgur) (GL, SL, WZ, *, 27 g KH) dazu frische Joghurt-Minzsoße (L, M, 6 g KH) und Vollkorn-Couscous(BIO) mit Erbsen und Zucchini (GL, WZ, 18 g KH)	Gemischter Salat aus Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Paprika (2 g KH), French Dressing (Joghurdressing mit feiner Senfnote) (Ei, L, M, SE, 4 g KH) Paprika, Kohlrabi, Karotte (4 g KH) Milchreis-Dessert(BIO) (L, M, 21 g KH)
Donnerstag, 20.08.2026			Veggi-Bratwurst (SJ, *, 2 g KH, EM) mit Tomatencurrysoße (L, M, SE, 3, 9 g KH) dazu frisches hausgemachtes Kartoffelpüree (Kartoffeln(BIO)) (L, M, 13 g KH)	Feiner Krautsalat „Rot-Weiß“ (Weißkohl, Rotkohl, Möhren) (BIO) (7 g KH) Möhren(BIO), Paprika(BIO) (7 g KH) Frischkäse-Tomaten-Dip (L, M) Sonnenblumenkerne (32 g KH)
Freitag, 21.08.2026		Bunte Spirelli(BIO) (GL, WZ, 29 g KH), dazu grünes Erbsenpesto mit Sesam (Erbsen(BIO)) (SS, 4 g KH)		Paprika(BIO), Kohlrabi(BIO), Karotte(BIO) (5 g KH) Joghurt(BIO) mit Erdbeeren (L, M, 9 g KH)
Montag, 24.08.2026			Kartoffel-Chili (Kartoffeln, Zwiebeln, Kidneybohnen, Mais, Tomate) (BIO) (SL, 12 g KH) dazu Vollkornreis(BIO) Fairtrade (32 g KH)	Gurken(BIO), Möhren(BIO), Paprika(BIO) (5 g KH) Gouda-Käsewürfel(BIO) (L, M) Apfel(BIO) (14 g KH)
Dienstag, 25.08.2026	Gabelspaghetti(BIO) (GL, WZ, 27 g KH) nach Carbonara Art mit Erbsen, Tofu(BIO) und Käse (Emmentaler) (BIO) (L, M, SJ, 4 g KH)			Frischer gemischter Salat aus Kopfsalat, Feldsalat, mit einem Joghurt-Kräuterdressing (L, M, 13 g KH) Gurkensticks (2 g KH) Sonnenblumenkerne (32 g KH)
Mittwoch, 26.08.2026	Kräuterquark mit Gurkenstreifen (L, M, 4 g KH) Butter (L, M) und Kartoffeln(BIO) (15 g KH)			Gurken, Möhren, Kohlrabi (4 g KH) Grießdessert(BIO) (GL, L, M, WZ, 15 g KH) Sonnenblumenkerne (32 g KH)
Donnerstag, 27.08.2026	Hähnchencurry(Hähnchen(BIO)) mit Broccoli und Champignons (G, 3 g KH) dazu Reis(BIO) Fairtrade (32 g KH) 		Kichererbsencurry (Kichererbsen, Karotten, Porree, Sellerie, Kürbis) (SL, 7 g KH) mit Reis(BIO) Fairtrade (32 g KH)	Radieschen, Karotte, Gurke (4 g KH) Banane-Fairtrade(BIO) (20 g KH)
Freitag, 28.08.2026	Fruchtiges Wildlach Curry (Apfel, Karotte, Erbsen, Porree) (F, L, M, 3, 5 g KH) dazu Reis(BIO) Fairtrade (32 g KH) 		Italienische Gemüselasagne (Dinkel-Nudelplatten(BIO), Tomate, Möhre, Sellerie, Lauch, Mozzarella(BIO)) (GL, L, M, SL, WZ, DK, 8 g KH) dazu Tomaten-Basilikumsoße (Tomate(BIO)) (6 g KH)	Möhren, Gurken, Paprika (4 g KH) Schnittlauch-Quark-Dip (L, M, 5 g KH) Joghurt(BIO) mit Himbeeren (L, M, 9 g KH)
Montag, 31.08.2026			Vorsuppe: Blumenkohlcremesuppe mit Schnittlauch (Blumenkohl(BIO)) (L, M, 2 g KH) Kaiserschmarrn(BIO) (Ei, GL, L, WZ, 25 g KH) mit hausgemachter Vanillesoße (L, M, 15 g KH)	Gurken(BIO), Möhren(BIO), Kohlrabi(BIO) (4 g KH) Gouda-Käsewürfel(BIO) (L, M) Apfel(BIO) (14 g KH)



enthält Schweinefleisch



enthält Rindfleisch



enthält Fisch



enthält Geflügel



44 – Zutaten und Erzeugnisse in Bioqualität sind grün dargestellt

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.