

SPEISEPLAN

WOCHE: 01.12.2023



REGIONAL
ohne
GENTECHNIK
JOS
DE-ÖKO-021

	MONTAG	Dienstag	MITTWOCH	Donnerstag	FREITAG
Menü 1					Marinierter Hering ^{(MSC),C,D,G,J} [mit Sahne, Milch, Apfel- und Rote-Betewürfeln] mit Salzkartoffeln
Zugabe					Möhren-Apfel-Rohkostsalat
Menü 2					Eierspätzle ^{A,A1,C,f} dazu eine cremige 3-Käse- soße ^{B,A,A1,G} [mit Frischkäse, Schmelzkäse, Parmesan]
Zugabe					Möhren-Apfel-Rohkostsalat
Menü 3 LIVE.Salat + Cerealienteller [vor Ort frisch zubereitet]					Salatteller [Eisbergsalat, Lollo Bianco, Paprika, Gurke, Mais, gekochtes Ei ^C , frische BIO -Kresse], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}
Zugabe					
Menü 4 LIVE.Riesen- baguette [vor Ort frisch zubereitet]					Belegtes Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} [Eisbergsalat, Ruccola, Gurke, Tomate, körniger Frischkäse ^G , frischer BIO -Petersilie]
Zugabe					



STARK • GESUND • LECKER

Freie Auswahl für kluge Köpfe an der JOS-LIVE.POWER-CORNER

[Unabhängig von Eurer Menübestellung könnt Ihr Euch mit **BIO**-Frischobst, Rohkostsalaten, hausgemachten Quarkspeisen und Fruchtjoghurts, Milch, WasserPLUS ect. stärken.]

LIVE. POWER-CORNER



Die ausgelobten **BIO**-Produkte sind durch Grünstempel **BIO**-zertifiziert.

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



Wird mit Bestandteilen aus **Schwein** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Rind** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Geflügel** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Fischgericht bzw. wird mit Bestandteilen aus **Fisch** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



fleisch- und fischloses Gericht

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 4 – Geschmacksverstärker, 5 – geschwefelt, 6 – geschwärzt, 7 – gewachst, 8 – Phosphat, 16 – mit Milchzucker, 17 – mit Eiklar, 18 – mit Soja, 21 – hergestellt aus zerkleinertem Fleisch
Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, A5 – Dinkel, A6 – Kamut, B – Krebstiere, C – Eier, D – Fische, E – Erdnüsse, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H1 – Mandeln, H2 – Haselnüsse, H3 – Walnüsse, H4 – Kaschunüsse, H5 – Pekannüsse, H6 – Paranüsse, H7 – Pistazien, H8 – Makademianüsse, H9 – Queenslandnüsse, I – Sellerie, J – Senf, K – Sesamsamen, L – Schwefeldioxid und Sulfide, M – Lupine, N – Weichtiere
Kennzeichnung Spuren: a – glutenhaltiges Getreide, b – Krebstiere, c – Eier, d – Fische, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen, l – Schwefeldioxid und Sulfide, m – Lupine, n – Weichtiere
 (R) = mit Rindfleisch (S) = mit Schweinefleisch

SPEISEPLAN

WOCHE: 04.12.2023 bis 08.12.2023



REGIONAL
ohne
GENTECHNIK
JOS
DE-ÖKO-021

	MONTAG	Dienstag	MITTWOCH	Donnerstag	FREITAG
Menü 1	Klopse "Königsberger Art" 21,(S),A,A1,C,G,J,I in feiner Kapernsoße ^{A,A1,G,C,I,J} , dazu Salzkartoffeln	Nudel-Gemüsepfanne ^{A,A1,C,F} mit Balkangemüse [Möhren, Bohnen, Paprika] mit Petersiliensoße ^{A,A1,G,C,I,J} mit BIO -Petersilie	Fruchtig mildes Putencurry ^{A,A1,G,C,I,J} [aus der Putenoberkeule, mit Ananaswürfeln], dazu BIO -Couscous ^{A,A1}	Gemüseteller [Romanesco, gelbe und orange Möhren, Romano Brechbohnen] mit Kräutersoße ^{A,A1,G,C,I,J} und Kartoffelpüree ^{G,L,C,F}	Paniertes Hokifilet ^{(MSC),A,A1,A4,D,G} mit Dillsoße ^{A,A1,G,C,I,J} , dazu BIO -Erbsengemüse ^G und Salzkartoffeln
Zugabe	Rotkraut-Rohkostsalat	BIO-Frischobst der Saison	Gurkensalat	BIO-Frischobst der Saison	Milchpudding mit Vanillegeschmack ^G
Menü 2	Fußballnudeln ^{A,A1,C} mit Spinat-Frischkäsesoße ^{A,A1,G,C,I,J} [mit BIO -Spinat] und Reibekäse ^G	Reiseintopf ^I [Gemüsebouillon mit Erbsen, grünen Bohnen, Sellerie und Langkornreis] und Vollkornbrot ^{A,A1,A2,A3,A4,K,F,g,h}	Schnittlauchquark ^G mit Salzkartoffeln	Vorsuppe ^{A,A1,C,G,I} [Gemüsebouillon, Kartoffel- würfel, Möhren, Erbsen, Sellerie] Milchreis ^G mit Zimt-Zucker und und heißen roten Früchten [Johannis- beeren, Erdbeeren, Kirschen]	Bunte Tortellini ^{A,A1,C,G,F,I} [mit Käsefüllung] mit Sahnesoße ^{A,A1,G,C,I,J} und Reibekäse ^G
Zugabe	Rotkraut-Rohkostsalat	BIO-Frischobst der Saison	Gurkensalat	BIO-Frischobst der Saison	Milchpudding mit Vanillegeschmack ^G Salatteller [Chinakohl, Lollo Bianco, Paprika, Gurke, Mais, Tomate, panierte Vollkornfischstäbchen ^{(MSC),A,A1,D} aus Seelachs, frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}
Menü 3 LIVE.Salat + Cerealienteller [vor Ort frisch zubereitet]	Salatteller [Ruccola, Eisbergsalat, Paprika, Gurke, Tomate, Hähnchenbruststreifen, frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Blattsalat, Gurke, Tomate, Mozzarella ^G , frischer BIO -Basilikum], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Lollo Rosso, Gurke, Tomate, Paprika, Mais, Gouda-Käse- streifen ^G , frischer BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Römersalat, Feldsalat, Gurke, Tomate, Oliven, Hirtenkäse ^G , frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Chinakohl, Lollo Bianco, Paprika, Gurke, Mais, Tomate, panierte Vollkornfischstäbchen ^{(MSC),A,A1,D} aus Seelachs, frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}
Zugabe		BIO-Frischobst der Saison		BIO-Frischobst der Saison	Milchpudding mit Vanillegeschmack ^G
Menü 4 LIVE.Riesen- baguette [vor Ort frisch zubereitet]	Belegtes Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} [Lollo Rosso, Tomate, Gurke, Paprika, feiner Bierschinken ^{(S),2,3,I,J} , Kichererbsenaufstrich ^K , frische BIO - Petersilie]	Belegtes Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} [Blattsalat, Möhre, Gurke, Tomate, Emmentaler ^G , Rote-Bete-Aufstrich ^Q , frische BIO -Petersilie]	Belegtes Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} [Lollo Bianco, Tomate, Paprika, Putenbruststreifen, milder Curry-Creme-Aufstrich ^{G,J} , frischer BIO -Petersilie]	Belegtes Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} [Feldsalat, Gurke, Tomate, gekochtes Ei ^C , Tomaten-Frisch-käse ^G , frische BIO -Kresse]	Belegtes Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} [Eisbergsalat, Tomate, Kräuterfrischkäse ^G , Schellfisch in Cornflakespanade ^{(MSC),D} , frische BIO -Petersilie]
Zugabe		BIO-Frischobst der Saison		BIO-Frischobst der Saison	Milchpudding mit Vanillegeschmack ^G



STARK • GESUND • LECKER

Freie Auswahl für kluge Köpfe an der JOS-LIVE.POWER-CORNER

[Unabhängig von Eurer Menübestellung könnt Ihr Euch mit **BIO**-Frischobst, Rohkostsalaten, hausgemachten Quarkspeisen und Fruchtjoghurts, Milch, WasserPLUS ect. stärken.]

**LIVE.
POWER-CORNER**



Die ausgelobten **BIO**-Produkte sind durch Grünstempel **BIO**-zertifiziert.

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



Wird mit Bestandteilen aus **Schwein** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Rind** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Geflügel** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Fischgericht bzw. wird mit Bestandteilen aus **Fisch** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



fleisch- und fischloses Gericht

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 4 – Geschmacksverstärker, 5 – geschwefelt, 6 – geschwärzt, 7 – gewachst, 8 – Phosphat, 16 – mit Milchzucker, 17 – mit Eiklar, 18 – mit Soja, 21 – hergestellt aus zerkleinertem Fleisch
Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, A5 – Dinkel, A6 – Kamut, B – Krebstiere, C – Eier, D – Fische, E – Erdnüsse, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H1 – Mandeln, H2 – Haselnüsse, H3 – Walnüsse, H4 – Kaschunüsse, H5 – Pekannüsse, H6 – Paranüsse, H7 – Pistazien, H8 – Makadamenüsse, H9 – Queenslandnüsse, I – Sellerie, J – Senf, K – Sesamsamen, L – Schwefeldioxid und Sulfide, M – Lupine, N – Weichtiere
Kennzeichnung Spuren: a – glutenhaltiges Getreide, b – Krebstiere, c – Eier, d – Fische, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen, l – Schwefeldioxid und Sulfide, m – Lupine, n – Weichtiere
(R) = mit Rindfleisch (S) = mit Schweinefleisch

SPEISEPLAN

WOCHE: 11.12.2023 bis 15.12.2023



REGIONAL
ohne
GENTECHNIK
JOS
DE-ÖKO-021



	MONTAG	Dienstag	MITTWOCH	Donnerstag	FREITAG
Menü 1	Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit herzhafter Bratensoße ^{A,A1,G,c,i,j} , dazu zartes Kohlrabigemüse und BIO -Reis	Backfisch ^{(MSC),A,A1,C,D,j,a,b,f,g,i} [vom Seelachs] mit Schnittlauchsoße ^{A,A1,G,c,i,j} , dazu Möhrengemüse ^G und Kartoffelpüree ^{G,L,c,f}	Bolognese ^{A,A1,G,I,c,j} (tomatisierte Hackfleischsoße) [Schweinefleisch aus der Schulter, Möhren, Lauch und Sellerie], Vollkorn-Gabelspaghetti ^{A,A1,c,f} , dazu Reibekäse ^G	Vorsuppe ^{A,A1,C,G,I} [Gemüsebouillon, Langkornreis, Kohlrabi, Erbsen] Hefeklöße ^{A,A1,C,G,f,h} mit heißen Birnen	Gedünsteter Wildlachs ^{(MSC),D} in milder Zitronensoße ^{A,A1,G,I,c,j} und Salzkartoffeln
Zugabe	hausgemachte Kirsch- Quarkspeise ^G	BIO-Frischobst der Saison	Gurkensalat	BIO-Frischobst der Saison	Möhrenrohkostsalat
Menü 2	Linsensuppe ^{G,I} aus BIO -Linsen [Gemüsebouillon mit Kartoffelwürfeln, Möhren und Sellerie] mit Vollkornbrot ^{A,A1,A2,A3,A4,K,f,g,h}	Eieromelette ^{C,G,a} mit BIO -Spinat ^{A,A1,G,c,h,i,j} und Salzkartoffeln	Gemüse-Rösti ^{3,A,A1,C} mit Joghurt-Kräuterquark-Dip ^G und Salzkartoffeln	Mediterraner Zucchiniopf ^{A,A1,G,c,i,j} [mit Zucchini, Tomaten, Möhren, Paprika] mit Hirtenkäsewürfeln ^G , dazu BIO -Reis	Vegetarische Maultaschen ^{A,A1,C,I,g} [mit Kartoffeln, Möhren, Spinat, Zwiebeln] mit Gemüsecreme- soße ^{A,A1,G,c,i,j} [mit Blumenkohl, Brokkoli, Möhren]
Zugabe	hausgemachte Kirsch- Quarkspeise ^G	BIO-Frischobst der Saison	Gurkensalat	BIO-Frischobst der Saison	Möhrenrohkostsalat
Menü 3 LIVE.Salat + Cerealienteller [vor Ort frisch zubereitet]	Salatteller [Ruccola, Chinakohl, Gurke, Tomate, Paprika, Putenbruststreifen, frische BIO - Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Lollo Rosso, Paprika, Gurke, Mais, Edamer- Käsestreifen ^G , frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Chinakohl, Römervalat, Paprika, Tomate, Schweinebratenstreifen ⁸ , Senf gurke ^{3,j} , frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Feldsalat, Eisbergsalat, Paprika, Mais, Hirtenkäse ^G , Thunfisch ^{(MSC),D} , BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Lollo Bianco, Gurke, Tomate, Paprika, Mozzarella ^G , frisches BIO -Basilikum], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}
Zugabe	hausgemachte Kirsch- Quarkspeise ^G	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison
Menü 4 LIVE.Riesen- baguette [vor Ort frisch zubereitet]	Belegtes Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} [Lollo Bianco, Paprika, Gurke, Kochschinken ^{2,3} , milder Curry- Creme-Aufstrich ^{G,j} und frische BIO -Kresse]	Belegtes Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} [Eisbergsalat, Gurke, Tomate, Mozzarella ^G , Tomaten-Frischkäse ^G und frische BIO -Petersilie]	Belegtes Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} [Eisbergsalat, Möhre, Tomate, Gurke, Hähnchenbruststreifen, Kichererbsenaufstrich ^K und frische BIO -Petersilie]	Belegtes Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} [Lollo Rosso, Feldsalat, Paprika, Gurke, Tomate, gekochtes Ei ^C , Frischkäse ^G , frische BIO -Petersilie]	Belegtes Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} [Blattsalat, Gurke, Tomate, Butter ^(G) , Heringsfilet ^{(MSC),2,D,G} und frische BIO -Petersilie]
Zugabe	hausgemachte Kirsch- Quarkspeise ^G	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison



STARK • GESUND • LECKER

Freie Auswahl für kluge Köpfe an der JOS-LIVE.POWER-CORNER

[Unabhängig von Eurer Menübestellung könnt Ihr Euch mit **BIO**-Frischobst, Rohkostsalaten, hausgemachten Quarkspeisen und Fruchtjoghurts, Milch, WasserPLUS ect. stärken.]

LIVE. POWER-CORNER



Die ausgelobten **BIO**-Produkte sind durch Grünstempel **BIO**-zertifiziert.

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



Wird mit Bestandteilen aus **Schwein** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Rind** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Geflügel** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Fischgericht bzw. wird mit Bestandteilen aus **Fisch** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



fleisch- und fischloses Gericht

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 - Farbstoff, 2 - Konservierungsstoff, 3 - Antioxidationsmittel, 4 - Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - Phosphat, 16 - mit Milchzucker, 17 - mit Eiklar, 18 - mit Soja, 21 - hergestellt aus zerkleinertem Fleisch
Kennzeichnung Allergene: A - glutenhaltiges Getreide, A1 - Weizen, A2 - Hafer, A3 - Roggen, A4 - Gerste, A5 - Dinkel, A6 - Kamut, B - Krebstiere, C - Eier, D - Fische, E - Erdnüsse, F - Sojabohnen, G - Milch[inkl. Lactose], H - Schalenfrüchte, H1 - Mandeln, H2 - Haselnüsse, H3 - Walnüsse, H4 - Kaschunüsse, H5 - Pekannüsse, H6 - Paranüsse, H7 - Pistazien, H8 - Makademianüsse, H9 - Queenlandnüsse, I - Sellerie, J - Senf, K - Sesamsamen, L - Schwefeldioxid und Sulfide, M - Lupine, N - Weichtiere
Kennzeichnung Spuren: a - glutenhaltiges Getreide, b - Krebstiere, c - Eier, d - Fische, e - Erdnüsse, f - Sojabohnen, g - Milch[inkl. Lactose], h - Schalenfrüchte, i - Sellerie, j - Senf, k - Sesamsamen, l - Schwefeldioxid und Sulfide, m - Lupine, n - Weichtiere
(R) = mit Rindfleisch (S) = mit Schweinefleisch

SPEISEPLAN

WOCHE: 18.12.2023 bis 22.12.2023



REGIONAL
ohne
GENTECHNIK
JOS
DE-ÖKO-021

Kurzfristige Änderungen vorbehalten!

	MONTAG	Dienstag	MITTWOCH	Donnerstag	FREITAG
Menü 1	Rindergemüsegulasch ^{A,A1,G,C,I,J} [Rindfleischwürfel aus der Schulter, mit Champignons, Möhren und Zucchini] mit Serviettensammelknödelscheiben ^{A,A1,C,G,F,H}	"Gartenfräulein" Buntes Kartoffel-Gemüse-Gratin ^{C,G,I} [mit Kartoffelscheiben, Möhren, Blumenkohl, Romanesco und Käse überbacken], dazu Karottensoße ^{A,A1,C,G,I,J}	Panierte Jagdwurstscheibe ^{2,3,A,A1,C,I,J} mit fruchtiger Tomatensoße ^{A,A1,G,C,I,J} und Vollkorn-Gabelspaghetti ^{A,A1,C,F} , dazu Reibekäse ^G	Vegetarische rote Paprikaschote ^{A,A1,I,J,C,F,G} mit Rahmsoße ^{A,A1,G,C,I,J} , dazu Salzkartoffeln	Fischtopf ^{(MSC),D} [aus Seelachswürfeln] mit zarten Gemüsestreifen [mit Möhren, Porree und Sellerie] in Dillsoße ^{A,A1,G,I,C,J} und BIO -Bulgur ^{A,A1}
Zugabe	Schokopudding ^G	BIO-Frischobst der Saison	Weißkraut-Rohkostsalat	BIO-Frischobst der Saison	Gurkensalat
Menü 2	Spirelli-Nudeln ^{A,A1,C,F} mit bunter Gemüse-Kräutersoße ^{A,A1,G,I,C,J} [mit Erbsen und Regenbogenmöhren]	Mildes Kichererbsencurry ^{A,A1,G,I,J} mit Kokosmilch und Tomaten, dazu Vollkornreis	Panierte Polenta-Knuspertasche ^{A,A1,G,C,F,I,J} [Maisgrießtasche] mit Schnittlauchsoße ^{A,A1,G,C,I,J} , dazu Kartoffelpüree ^{G,L,C,F}	Vorsuppe ^{A,A1,C,G,I} [Gemüsebouillon mit Kartoffeln, Blumenkohl, Brokkoli und Möhren] Grießbrei ^{A,A1,G} mit Zimt-Zucker und Apfelmarm ³	Knöpfle ^{A,A1,A5,C,F} [kleine Eierspätzle] mit einer feinen Champignoncremesoße ^{A,A1,G,C,I,J} , dazu Reibekäse ^G
Zugabe	Schokopudding ^G	BIO-Frischobst der Saison	Weißkraut-Rohkostsalat	BIO-Frischobst der Saison	Gurkensalat
Menü 3 LIVE.Salat + Cerealienteller [vor Ort frisch zubereitet]	Salatteller [Eisbergsalat, Lollo Rosso, Mais, Paprika, Gurke, Hähnchenbruststreifen, frische BIO -Kresse], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} , Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Feldsalat, Gurke, Oliven, Hirtenkäse ^G , Tomate, frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} , Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Römersalat, Paprika, Mais, Tomate, panierte Fischfiguren ^{(MSC),A,A1,D,C,G,I,J,N} aus Seelachs, BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} , Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Blattsalat, Gurke, Tomate, Paprika, Geflügel-Salami ^{2,3} , frische BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} , Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Lollo Bianco, Paprika, Tomate, gekochtes Ei ^C , frische BIO -Kresse], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} , Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}
Zugabe	Schokopudding ^G	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison
Menü 4 LIVE.Riesensalat + Cerealienteller [vor Ort frisch zubereitet]	Belegtes Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} [Eisbergsalat, Paprika, Gurke, Geflügel-Kochschinken ^{2,3} , Kichererbsenaufstrich ^K , frische BIO -Petersilie]	Belegtes Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} [Lollo Rosso, Tomate, Gurke, Paprika, Tilsiter ^G , Tomaten-Frischkäseaufstrich ^G , frische BIO -Kresse]	Belegtes Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} [Paniertes Backfisch vom Seelachs ^{(MSC),A,A1,C,D,J,F,G,I,N} , Eisbergsalat, Tomate, Gurke, Kräuterfrischkäse ^G , frische BIO -Petersilie]	Belegtes Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} [Blattsalat, Ruccola, rote Paprika, Gurke, Butterkäse ^G , Rote-Bete-Aufstrich ^a , frische BIO -Petersilie]	Belegtes Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} [Eisbergsalat, Möhre, Gurke, körniger Frischkäse ^G , frischer BIO -Petersilie]
Zugabe	Schokopudding ^G	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison	BIO-Frischobst der Saison



STARK • GESUND • LECKER
Freie Auswahl für kluge Köpfe an der JOS-LIVE.POWER-CORNER
[Unabhängig von Eurer Menübestellung könnt Ihr Euch mit **BIO**-Frischobst, Rohkostsalaten, hausgemachten Quarkspeisen und Fruchtjoghurts, Milch, WasserPLUS ect. stärken.]

LIVE. POWER-CORNER



Die ausgelobten **BIO**-Produkte sind durch Grünstempel **BIO**-zertifiziert.

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



Wird mit Bestandteilen aus **Schwein** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Rind** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Geflügel** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Fischgericht bzw. wird mit Bestandteilen aus **Fisch** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



fleisch- und fischloses Gericht

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 - Farbstoff, 2 - Konservierungsstoff, 3 - Antioxidationsmittel, 4 - Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - Phosphat, 16 - mit Milhzucker, 17 - mit Eiklar, 18 - mit Soja, 21 - hergestellt aus zerkleinertem Fleisch
Kennzeichnung Allergene: A - glutenhaltiges Getreide, A1 - Weizen, A2 - Roggen, A3 - Hafer, A4 - Gerste, A5 - Dinkel, A6 - Kamut, B - Krebstiere, C - Eier, D - Fische, E - Erdnüsse, F - Sojabohnen, G - Milch[inkl. Lactose], H - Schalenfrüchte, H1 - Mandeln, H2 - Haselnüsse, H3 - Walnüsse, H4 - Kaschunüsse, H5 - Pekannüsse, H6 - Paranüsse, H7 - Pistazien, H8 - Makademianüsse, H9 - Queenslandnüsse, I - Sellerie, J - Senf, K - Sesamsamen, L - Schwefeldioxid und Sulfide, M - Lupine, N - Weichtiere
Kennzeichnung Spuren: a - glutenhaltiges Getreide, b - Krebstiere, c - Eier, d - Fische, e - Erdnüsse, f - Sojabohnen, g - Milch[inkl. Lactose], h - Schalenfrüchte, i - Sellerie, j - Senf, k - Sesamsamen, l - Schwefeldioxid und Sulfide, m - Lupine, n - Weichtiere
(R) = mit Rindfleisch (S) = mit Schweinefleisch

SPEISEPLAN

WOCHE: 25.12.2023 bis 29.12.2023



REGIONAL
ohne
GENTECHNIK
JOS
DE-ÖKO-021

Kurzfristige Änderungen vorbehalten!

	MONTAG	Dienstag	MITTWOCH	Donnerstag	FREITAG
Menü 1			Kräuterquark^G [Petersilie, Dill, Gartenkresse] mit Salzkartoffeln	Rinderbraten [aus der Schulter] mit Bratensoße ^{A,A1,G,C,I,J} , dazu Bohngemüse ^G aus BIO -Bohnen und Eierspätzle ^{A,A1,C,F}	Marinierter Hering^{(MSC),C,D,G,J,a} [mit Sahne, Milch und Apfelwürfeln] mit Salzkartoffeln
Zugabe			Rotkraut-Rohkostsalat	BIO-Frischobst der Saison	Möhren-Apfel-Rohkostsalat
Menü 2		Gekochtes BIO-Ei^C in leichter Senfsoße ^{A,A1,G,J,C,I} mit Salzkartoffeln		Vorsuppe^{A,A1,C,G,I,L} [Gemüsebouillon mit Möhren, Erbsen, Kohlrabi, Reis] Kaiserschmarrn^{A,A1,C,G,F,h} mit Vanillesoße ^{1,G,c,f,h}	Fußballnudeln^{A,A1,C} mit Tomaten- Frischkäsesoße ^{A,A1,G,c,i,j} dazu geriebener Mozzarella ^G
Zugabe			Rotkraut-Rohkostsalat	BIO-Frischobst der Saison	Möhren-Apfel-Rohkostsalat
Menü 3 LIVE.Salat + Cerealienteller [vor Ort frisch zubereitet]			Salatteller [Römersalat, Feldsalat, Mais, Paprika, Gurke, Thunfisch ^{(MSC),D} , frische BIO - Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Dinkelbaguette ^{A,A1,A3,A4,A5,G} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Tomate, Mais, Kidneybohnen, Hirtenkäse ^G , Putenkochschinken ^{2,3} , frischer BIO -Petersilie], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Mehrkornbaguette ^{A,A1,A2,A3,A4,F} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}	Salatteller [Eisbergsalat, Lollo Bianco, Paprika, Gurke, Mais, gekochtes Ei ^C , frische BIO - Kresse], dazu 2 Scheiben ofenfrisches Vollkornbaguette ^{A,A1,A3,A4} Dressing nach Wahl ^{A,A1,C,G,J,L}
Zugabe				BIO-Frischobst der Saison	
Menü 4 LIVE.Riesenbaguette [vor Ort frisch zubereitet]			Belegtes Dinkelbaguette^{A,A1,A3,A4,A5,G} [Lollo Bianco, Möhre, Paprika, Tomate, Edamer ^G , Kichererbsenaufstrich ^K , frische BIO -Kresse]	Belegtes Mehrkornbaguette^{A,A1,A2,A3,A4,F} [Blattsalat, Tomate, Gurke, Paprika, Hähnchenbruststreifen, milder Curry-Creme-Aufstrich ¹ , frische BIO -Petersilie]	Belegtes Vollkornbaguette^{A,A1,A3,A4} [Eisbergsalat, Ruccola, Gurke, Tomate, körniger Frischkäse ^G , frischer BIO -Petersilie]
Zugabe				BIO-Frischobst der Saison	



STARK • GESUND • LECKER

Freie Auswahl für kluge Köpfe an der JOS-LIVE.POWER-CORNER

[Unabhängig von Eurer Menübestellung könnt Ihr Euch mit **BIO**-Frischobst, Rohkostsalaten, hausgemachten Quarkspeisen und Fruchtjoghurts, Milch, WasserPLUS ect. stärken.]

LIVE. POWER-CORNER



Die ausgelobten **BIO**-Produkte sind durch Grünstempel **BIO**-zertifiziert.

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



Wird mit Bestandteilen aus **Schwein** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Rind** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Wird mit Bestandteilen aus **Geflügel** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



Fischgericht bzw. wird mit Bestandteilen aus **Fisch** zubereitet oder enthält Grundstoffe daraus.



fleisch- und fischloses Gericht

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 4 – Geschmacksverstärker, 5 – geschwefelt, 6 – geschwärzt, 7 – gewachst, 8 – Phosphat, 16 – mit Milchzucker, 17 – mit Eiklar, 18 – mit Soja, 21 – hergestellt aus zerkleinertem Fleisch

Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, A5 – Dinkel, A6 – Kamut, B – Krebstiere, C – Eier, D – Fische, E – Erdnüsse, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H1 – Mandeln, H2 – Haselnüsse, H3 – Walnüsse, H4 – Kaschunüsse, H5 – Pekannüsse, H6 – Paranüsse, H7 – Pistazien, H8 – Makademianüsse, H9 – Queenslandnüsse, I – Sellerie, J – Senf, K – Sesamsamen, L – Schwefeldioxid und Sulfide, M – Lupine, N – Weichtiere

Kennzeichnung Spuren: a – glutenhaltiges Getreide, b – Krebstiere, c – Eier, d – Fische, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen, l – Schwefeldioxid und Sulfide, m – Lupine, n – Weichtiere

(R) = mit Rindfleisch (S) = mit Schweinefleisch