

Speiseplan März 2026



Datum	Menü 1 vegetarisch	Menü 2 1x pro Woche Fleisch oder Fisch
Mo 2.3.		Weizen-Grießbrei (G1, M) mit fruchtiger Blaubeer-Apfel-Soße, würzig-cremige Karottensuppe (M, S2), rohes Gemüse
Di 3.3.	Kartoffelpüree (M) mit frischem Ofengemüse, Gremolata - Petersiliendip-, rohes Gemüse, Frischobst	Rinderbolognese (G1, S2) mit Weizennudeln (G1) und geriebenem Emmentaler (M), rohes Gemüse, Frischobst
Mi 4.3.		Tomaten-Bohneneintopf mit grünen, weißen und Kidneybohnen, Dinkelvollkornbrot (G2, G4, G5, S3) rohes Gemüse, Erdbeer-Pfirsich-Ayran (M)
Do 5.3.	Kartoffel-Möhreneintopf (S2) mit veg. Wiener (E1), rohes Gemüse, Frischobst	
Fr 6.3.		Kartoffeln mit Paprikaquark (M), rohes Gemüse
Mo 9.3.		Tomatensoße (G1) Weizenmakaroni (G1), geriebener Gouda (M), Rohkost, rohes Gemüse
Di 10.3.	hausgemachte Lasagne aus Weizenvollkornnudelplatten (G1), fruchtiger Tomaten-Sonnenblumenkernbolognesesoße (G1, S2), cremiger Bechamelsoße (G1, M) mit Emmentaler (M) überbacken, rohes Gemüse, Frischobst	Rinderfrikadelle (E1, G1) Kartoffel-Gurkensalat (S4), Ketchup, Weizenvollkornbrötchen (G1, G3, M), rohes Gemüse, Frischobst
Mi 11.3.	Weizen-Eierspätzle (G1, M), helle Käse-Kräutersoße -würziger Gouda, cremiger Frischkäse, Schnittlauchröllchen- (G1, M, S2), rohes Gemüse, Beeren-Quarkcreme (M)	
Do 12.3.	Chili mit Kidneybohnen, Kichererbsen, Paprika, Mais (G1, S2), Kräuter-Joghurt-Dip (M), Steinofenbaguette (G1, M), rohes Gemüse, Frischobst	
Fr 13.3.		Tomaten-Käse-Soße mit Gouda (G1, M, S2), Weizennudeln (G1), rohes Gemüse An allen Grundschulen: Rosinenbrötchen (G1, M) aus unserer gläsernen Backstube Endorphina Backkunst
Mo 16.3.		Süßer Brotauflauf (Weizen) (E1, G1, M), Apfelmus, Klare Gemüsebrühe mit Dinkel-Buchstabennudeln (G5, S2)
Di 17.3.	Geschmortes Sonnenblumenhack mit Gemüsepaprika (S2), Vollkornreis (G1), rohes Gemüse, Frischobst	Rinderhackfleisch-Sauerkrautauflauf mit Kartoffeln und Gouda überbacken (S2, M, G1), Weizenvollkornbrötchen (G1, G3, M), rohes Gemüse, Frischobst
Mi 18.3.		Weizen-Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung (E1, G1, M), fruchtige Tomaten-Basilikumsoße (S2), rohes Gemüse, Schokopudding (M)
Do 19.3.	veg. Wurstgulasch (E1, G1, S2) mit Paprika, Zwiebeln und Tomaten, Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst	
Fr 20.3.	Asiatisches Soja-Linsen-Curry (S2, M), Reis, rohes Gemüse	Kartoffel-Möhren-Eintopf (S2), Petersilie, rohes Gemüse
Mo 23.3.	Linsen-Hirse-Bällchen (G4, G1), Mais in Buttersoße (G1, M, S2), Kartoffel-Möhrenpüree (M), rohes Gemüse	
Di 24.3.	cremiger Kartoffeleintopf (M) mit Sellerie, Lauch, Möhren und würzigem Räuchertofu (S1), Dinkelvollkornbrot (G2, G4, G5, S3), rohes Gemüse, Frischobst	Bratwurst -vom Schaf- mit BBQ-Tomatensoße (S2, G1), Erbsengemüse (M), Kartoffeln, rohes Gemüse, Frischobst
Mi 25.3.		Bauern-Omelette-Auflauf -Kartoffelscheiben, Spinat, Ei, Gouda (M)-, rohes Gemüse, Kirsch-Buttermilch (M)
Do 26.3.	knuspriger Kartoffel-Brokkoli-Blumenkohl-Auflauf mit Gouda-Sonnenblumenkernkruste überbacken (G1, M, S2), rohes Gemüse, Frischobst	
Fr 27.3.	Weizenvollkornnudeln (G1), hausgemachtes Basilikumpesto (M), Käse (M), rohes Gemüse An allen Grundschulen: Obst-Streuselkuchen (G1, M) aus unserer gläsernen Backstube Endorphina Backkunst	
Mo 30.3.		Beginn Osterferien: Milchreis, mit karamellisiertem Zimt-Apfel (M), mit karamellisiertem Zimt-Apfel (M), fruchtige Tomatensuppe (S2, M), rohes Gemüse
Di 31.3.	Linsenbolognese (S2) mit Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst	

Kontrollnummer: DE-ÖKO-070

Diese Lebensmittel bieten wir in BIO-Qualität an: Reis, Nudeln, Rindfleisch, Geflügelfleisch, Kartoffelprodukte, Frisch- und Tiefkühlgemüse, Frisch- und Tiefkühlobst, Milch und Milchprodukte, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen (Sonderkost & Lunchpakete ausgenommen)

Das Menü enthält mindestens ein regionales Bioprodukt

Kartoffeln, Joghurt, Rind, Quark, Vollkornbrot, Vollkornbrötchen
Wir sind Partner des Projektes 'Wo kommt Dein Essen her?' und unterstützen das Ziel, den Anteil an regionalen Bioprodukten im Schulleben zu erhöhen.