

Speiseplan Juni 2026



HAND.FEST

Datum	Menü 1 vegetarisch	Menü 2 1x pro Woche Fleisch oder Fisch
Mo 1.6.		Tomatensoße (G1) Weizenmakkaroni (G1), geriebener Gouda (M), Rohkost, rohes Gemüse
Di 2.6.	hausgemachte Lasagne aus Weizenvollkornnudelplatten (G1), fruchtiger Tomaten-Sonnenblumenkernbolognesesoße (G1, S2), cremiger Bechamelsauce (G1, M) mit Emmentaler (M) überbacken, rohes Gemüse, Frischobst	Rinderfrikadelle (E1, G1) Kartoffel-Gurkensalat (S4), Ketchup, Weizenvollkornbrötchen (G1, G3, M), rohes Gemüse, Frischobst
Mi 3.6.	Weizen-Eierspätzle (G1, M), helle Käse-Kräutersoße -würziger Gouda, cremiger Frischkäse, Schnittlauchröllchen (G1, M, S2), rohes Gemüse, Rhabarber-Quarkspeise (M)	
Do 4.6.	Chili mit Kidneybohnen, Kichererbsen, Paprika, Mais (G1, S2), Kräuter-Joghurt-Dip (M), Steinofenbaguette (G1, M), rohes Gemüse, Frischobst	
Fr 5.6.		Tomaten-Käse-Soße mit Gouda (G1, M, S2), Weizennudeln (G1), rohes Gemüse
Mo 8.6.		Süßer Brotauflauf (Weizen) (E1, G1, M), Vanillesoße (M), Spargelcremesuppe (S2, M)
Di 9.6.	Geschmortes Sonnenblumenhack mit Gemüsepaprika (S2), Vollkornreis (G1), rohes Gemüse, Frischobst	
Mi 10.6.		Weizen-Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung (E1, G1, M), fruchtige Tomaten-Basilikumsoße (S2), rohes Gemüse, Schokopudding (M)
Do 11.6.	veg. Wurstgulasch (E1, G1, S2) mit Paprika, Zwiebeln und Tomaten, Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst	
Fr 12.6.	Asiatisches Soja-Linsen-Curry (S2, M), Reis, rohes Gemüse	
Mo 15.6.	Linsen-Hirse-Bällchen (G4, G1), Spargel in Buttersoße (G1, M, S2), Kartoffel-Möhrenpüree (M), rohes Gemüse	
Di 16.6.	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 17.6.	Paneer -indischer Rahmkäse (M)- und zarte grüne Erbsen in mildwürziger Tomatensoße (S2), Reis, rohes Gemüse, Erdbeer-Joghurt (M)	
Do 18.6.	knuspriger Kartoffel-Broccoli-Blumenkohl-Auflauf mit Gouda-Sonnenblumenkernkruste überbacken (G1, M, S2), rohes Gemüse, Frischobst	
Fr 19.6.	Weizenvollkornnudeln (G1), hausgemachtes Basilikumpesto (M), Käse (M), rohes Gemüse	
Mo 22.6.		Milchreis, mit karamellisiertem Zimt-Apfel (M), Spargelcremesuppe (S2, M), rohes Gemüse
Di 23.6.	Linsenbolognese (S2) mit Weizennudeln (G1), rohes Gemüse, Frischobst	
Mi 24.6.	Hackbällchen auf Pilzbasis (E1, G1, G2, G3, G4, G5), vegane Bratensoße (S2), zartes Möhrengemüse (M), Kartoffeln, rohes Gemüse, Naturjoghurt (M) mit Knuspermüsli (G1, G4, G5)	
Do 25.6.	Weizennudel-Gemüse-Pfanne (E1, G1, S1, S2) mit Sojasprossen, Möhren, Blumenkohl, Lauch, Brechbohnen, Champignons, Zwiebel, Paprika, süß-saure Soße (G1), rohes Gemüse, Frischobst	Fischstäbchen paniertes Seelachsfilet (G1, F), Erbsen-Möhrengemüse (M), Dillsoße (G1, M, S2), Kartoffelpüree (M), rohes Gemüse, Frischobst
Fr 26.6.		hausgemachtes Tomatenpesto (M), Weizen-Vollkornnudeln (G1), rohes Gemüse
Mo 29.6.		Broccoli-Käsesoße mit Gouda (G1, M, S2), Bunte Weizennudeln (G1), rohes Gemüse
Di 30.6.	Provençalisches Bohnenragout mit Karotten und Zitrone (S2), Weizenbuigur (G1), rohes Gemüse, Frischobst	Hähnchen "Gyros Art" mit Tzatziki (M), Reis, rohes Gemüse, Frischobst

Kontrollnummer: DE-ÖKO-070

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

Das Menü enthält mindestens ein regionales Bioprodukt

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