

Speiseplan vom 07.01. bis 09.01.2025

<i>Datum</i>	<i>Tagesmenü</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>	<i>Dessert</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>
Montag 06.01.2025	Heilige drei Könige Ferientag			
Dienstag 07.01.2025	Knusperlachs (paniertes Lachsfilet) Kartoffelpüree Gedämpfte Erbsen und Möhren	d.a1.c. (i.j.) g.(l.)	Obstkorb	(1.)
Mittwoch 08.01.2025	Gnocchi mit Blattspinat und Tomatensoße Eisbergsalat mit Essig - Öl - Dressing	a1.c.(f.)	Schokopudding	g.a1. (h1.h2.h3. c.f.)
Donnerstag 09.01.2025	Linseneintopf (Linsen, Kartoffeln, Möhren, Sellerie und Porree) Dinkelvollkornbrötchen	(l.)i. a5.	Bananenquark	g.

Speiseplan vom 13.01. bis 16.01.2025

<i>Datum</i>	<i>Tagesmenü</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>	<i>Dessert</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>
Montag 13.01.2025	Grünkohl Eintopf (Grünkohl, Kartoffeln, Möhren) mit Geflügelbockwurst Roggenbrötchen	(l.) 3.j.(f.) A2.	Joghurt ohne Frucht	g.
Dienstag 14.01.2025	Hähnchenschnitzel ohne Panade Kartoffelgratin Spitzkohlsalat mit Apfel und Möhre (Schmand)	g.(l.) g.	Obstkorb	(1.)

LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

Mittwoch 15.01.2025	Vegetarische Paprikaschote (Weizengrieß, Erbsen, Mais, Paprika) Tomatensoße Vollkornreis	a1.(f.)	Karamellpudding	g.a1.2. (h1.h2.h3. c.f.)
Donnerstag 16.01.2025	Seelachs in Senf – Kräuter – Kräutersoße Kartoffeln Gurkensalat mit Essig-Öl Dressing	d.g.j.(i.) (l.) g.	Apfel Tiramisu (Quark, Apfelkompott, Löffelbiskuit)	g.a1.c.

Speiseplan vom 20.01. bis 23.01.2024

Datum	Tagesmenü	Zusatzst. Allergene	Dessert	Zusatzst. Allergene
Montag 20.01.2025	Seelachs Schlemmerfilet Bordelaise Bratkartoffeln Bunte Blattsalate mit saure Sahne Dressing	d.a1. (l.) g.	Stracciatella Quark	g. (a1.h1.h2. f.)
Dienstag 21.01.2025	Erbsensuppe (Schälerbsen, Kartoffeln, Möhren, Porree, Sellerie) Vollkorn Brötchen	(l.) a1.	Vanille Pudding	g.a1. (h1.h2.h3. f.c.)
Mittwoch 22.01.2025	Griechische Reispfanne (Vollkornreis, Hähnchengyros, Hirtenkäse, Paprika, Tomaten) Tsatsikis (Quark, Gurke, Olivenöl)	g. g.	Kirschgrütze mit einer süßen Grießnocke	a1.c.(g.)
Donnerstag 23.01.2025	Teigtasche Vitality (Pfannkuchteig aus Vollkornmehl, Möhren, Porree, Mais) Möhren Apfel Salat (Zitronensaft)	a1.g.(c.f.)	Obstkorb	(1.)

Speiseplan vom 27.01. bis 30.01.2025

Datum	Tagesmenü	Zusatzst. Allergene	Dessert	Zusatzst. Allergene
Montag 27.01.2025	Falafel Bällchen (Kichererbsen und Gewürze) Kartoffelpüree Möhren Salat	g.(l.)	Joghurt mit Pfirsich	g.
Dienstag 28.01.2025	Paniertes Dorschfilet Dillrahmsoße Vollkornnudeln	d.a1.i.j.c. g. a1. (c.f.)	Obstkorb	(1.)
Mittwoch 29.01.2025	Stielmus Eintopf (Stielmus, Kartoffeln, Möhren, Porree) Laugenbrötchen	(l.) a1.	Milchreis mit Zimt und Zucker	g.
Donnerstag 30.01.2025	Königsberger Klopse (Geflügel Hackbällchen in Kapernsoße) Kartoffeln Gurkenhappen	a1.c.g.j. (l.) 4.5.	Schoko Pudding	g.a1. (h1.h2.h3. c.f.)

Zusatzstoffe:

1 = gewachst bei Obst, besonders Äpfel und Zitrusfrüchte,

2 = färbende Lebensmittel (Farbstoffe= Kurkuma, Paprikaextrakt, Tropenfruchtextrakt)

3= Nitrit Pökelsalz, 4 = Konservierungsstoffe, 5 = Süßungsmittel, 6 = Aromen

Allergene:

a = Gluten haltiges Getreide – sowie daraus hergestellte Erzeugnisse (a1 Weizen, a2 Roggen, a3 Gerste, a4Hafer, a5 Dinkel), b = Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse, c = Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse, d = Fische und daraus hergestellte Erzeugnisse,

e = Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse, f = Sojabohnen und draus hergestellte Erzeugnisse,

g = Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse (einschl. Laktose) h = Schalenfrüchte (h1 Mandeln, h2 Haselnüsse, h3 Walnüsse, h4 Cashewnüsse, h5 Pekan Nüsse, h6 Pistazien, h7 Makadamia Nüsse, h8 Queensland Nüsse) und daraus hergestellte Erzeugnisse, i = Sellerie und draus hergestellte Erzeugnisse, j = Senf und draus hergestellte Erzeugnisse,

k = Sesamsamen und draus hergestellte Erzeugnisse, l = Schwefeldioxid und Sulphite in Konzentrationen von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l, m = Lupinen und daraus hergestellte Erzeugnisse, n = Weichtiere und daraus hergestellte Erzeugnisse

() Kann Spuren des Allergens enthalten.

Da in unserem Betrieb auch Produkte mit allergenen Zutaten verarbeitet werden, kann eine unbeabsichtigte Kontamination mit kennzeichnungspflichtigen Allergenen nicht zu 100 % ausgeschlossen werden.