

**Speiseplan vom 03.03. bis 06.03.2025**

<i>Datum</i>	<i>Tagesmenü</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>	<i>Dessert</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>
Montag 03.03.2025	<b>Rosenmontag unterrichtsfrei</b>			
Dienstag 04.03.2025	<b>Veilchen Dienstag unterrichtsfrei</b>			
Mittwoch 05.03.2025	<b>Beratungstag unterrichtsfrei</b>			
Donnerstag 06.03.2025	Hühnersuppe (Hühnerfleisch, Möhren, Porree, Erbsen, Blumenkohl, Vollkornreis)  Ciabattabrötchen	a1.	Joghurt	g.

**Speiseplan vom 10.03. bis 13.03.2025**

<i>Datum</i>	<i>Tagesmenü</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>	<i>Dessert</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>
Montag 10.03.2025	Erbsensuppe (Schälervbsen, Kartoffeln, Möhren, Porree und Sellerie)  Dinkelvollkorn Brötchen	(l.)i.	Quarkspeise ohne Frucht	g.
Dienstag 11.03.2025	Geflügelbratwurst  Kartoffelpüree  Gedämpfte Erbsen und Möhren	i.j.a1.(f.)  g.(l.)	Obstkorb	(1.)

## LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

Mittwoch <b>12.03.2025</b>	Gemüseschnitzel (Erbsen, Möhren, Mais, Porree, Kartoffeln)  Kartoffel Gratin Eisbergsalat mit Essig und Öl Dressing	<b>a1.i.j.(l.)</b>  <b>g.c.(a1.f.)</b>	Gelbe Grütze (Pfirsich, Aprikosen, Apfel, Ananas)	
Donnerstag <b>13.03.2025</b>	Seelachs Meunieur (Petersilie und Zitrone) Vollkornnudeln Gemüsesoße	<b>a1.d.</b>  <b>a1.(c.f.)</b>	Grießtasche mit Heidelbeeren gefüllt und Vanille Soße	<b>a1.g.c.</b>  <b>g.a1.</b> <b>(h1.h2.h3.</b> <b>c.f.)</b>

### Speiseplan vom 17.03. bis 20.03.2025

<b>Datum</b>	<b>Tagesmenü</b>	<b>Zusatzst. Allergene</b>	<b>Dessert</b>	<b>Zusatzst. Allergene</b>
Montag <b>17.03.2025</b>	Lachs in Zitronen – Kräuter – Soße  Vollkornreis Eisbergsalat mit Essig Öl Kräuter Dressing	<b>d.g.</b>	Quark mit Mandarine	<b>g.</b>
Dienstag <b>18.03.2025</b>	Möhreneintopf (Möhren, Kartoffeln, Porree)  Roggenvollkorn Brötchen	<b>(l.)</b>  <b>a2.</b>	Milchreis mit Kirschen	<b>g.</b>
Mittwoch <b>19.03.2025</b>	Hähnchenschnitzel ohne Panade  Sesamkartoffeln  Erbsen in Rahm	<b>(l.) k.</b>  <b>g.</b>	Schokopudding	<b>g.a1.</b> <b>(h1.h2.h3.</b> <b>c.f.)</b>
Donnerstag <b>20.03.2025</b>	Rote Bete Puffer  Kartoffelpüree  Bunter Linsensalat (rote Linsen, Paprika, Mais)	<b>a1.j.(i.)</b>  <b>g.(l.)</b>	Obstkorb	<b>(1.)</b>

**Speiseplan vom 24. bis 27.03.2025**

<b><i>Datum</i></b>	<b><i>Tagesmenü</i></b>	<b><i>Zusatzst. Allergene</i></b>	<b><i>Dessert</i></b>	<b><i>Zusatzst. Allergene</i></b>
Montag <b>24.03.2025</b>	Tortellini in Käse Soße (Spinat Ricotta Tortellini)  Bunte Blattsalate mit Senf Dressing (Essig und Öl)	<b>a1.c.g.(f.)</b>	Obstkorb	<b>(1.)</b>
Dienstag <b>25.03.2025</b>	Gebackenes Schollenfilet  Bechamel Kartoffeln (Milch, Zwiebeln, Schnittlauch)  Möhren Sticks	<b>d.a1.c.</b>  <b>g.(l.)</b>	Sahnepudding	<b>g.a1.</b> <b>(h1.h2.h3.c.f.)</b>
Mittwoch <b>26.03.2025</b>	Weißer Bohnen Eintopf (Kartoffeln, Möhren, Porree, Sellerie)  Vollkornbrötchen	<b>(l.)</b>  <b>a1.a5.</b>	Pfannkuchen mit Äpfeln	<b>a1.c.g.</b>
Donnerstag <b>27.03.2025</b>	Hähnchen Cordon bleu (gefüllt mit Käse und Putenkochschinken)  Gemüse Bulgur (Tomaten und Paprika)	<b>a1.g.c.3.2.(g.)</b>	Rhabarber Erdbeer Kompott mit Vanillesoße	<b>g.a1.</b> <b>(h1.h2.h3.f.c.)</b>

**Speiseplan vom 31.03. bis 03.04.2025**

<b><i>Datum</i></b>	<b><i>Tagesmenü</i></b>	<b><i>Zusatzst. Allergene</i></b>	<b><i>Dessert</i></b>	<b><i>Zusatzst. Allergene</i></b>
Montag <b>31.03.2025</b>	Hähnchen Curry Geschnetzeltes (Hähnchenstreifen, Pfirsichwürfel, Erbsen, Lauchzwiebeln) Vollkornreis	<b>g.</b>	Quark mit Erdbeeren	<b>g.</b>
Dienstag <b>01.04.2025</b>	Schupfnudel Gemüse Pfanne (Blumenkohl, Möhren, Broccoli) Rahmsoße  Eisbergsalat mit Essig und Öl Dressing	<b>a1.c.g.</b>  <b>a1.c.i.j.</b>	Obstkorb	<b>(1.)</b>

## LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

Mittwoch <b>02.04.2025</b>	Seelachs in Tomatensoße Vollkornnudeln Gedämpftes Kaisergemüse	d.(g.) a1.(c.f.)	Karamell Pudding	g.a1.2. (h1.h2.h3. c.f.)
Donnerstag <b>03.04.2025</b>	Chili sin Carne (rote Bohnen, Tomaten, Mais, Paprika, Möhren) Laugenbrötchen	a1.	Grießpudding	g.a1.

### Speiseplan vom 07.04. bis 10.04.2025

<i>Datum</i>	<i>Tagesmenü</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>	<i>Dessert</i>	<i>Zusatzst. Allergene</i>
Montag <b>07.04.2025</b>	Buntes Linsencurry (rote Linsen, Möhren, Paprika, Porree, Kokosmilch) Dinkelvollkorn Brötchen	a5.	Joghurt mit Müsli	g.a4.a1. (h1.h2. h3.)
Dienstag <b>08.04.2025</b>	Knusperlachs (paniertes Lachsfilet) Kartoffelpüree Gurkensalat mit Essig-Öl- Dressing	d.a1.c.(g.f ) g.	Obstkorb	(l.)
Mittwoch <b>09.04.2025</b>	Gemüselasagne (Tomaten, Zucchini, Möhren, Mais, Sellerie) Bunte Blattsalate mit Essig und Öl Dressing	a1.g.c.i.	Grießpudding mit Pfirsich Topping	g.a1.
Donnerstag <b>10.04.2025</b>	Rindergulasch (Rindfleisch, Zwiebeln, Paprika, Champignons) Spätzle	a1.c.(f.)	Eis	(g.a1.c.)

#### Zusatzstoffe:

1 = gewachst bei Obst, besonders Äpfel und Zitrusfrüchte,

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

## LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

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.**