

LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

Speiseplan vom 02.03.-05.03.2026 kurzfristige Änderungen behalten wir uns vor!

Datum	Tagesmenü	Zusatzst. Allergene	Dessert	Zusatzst. Allergene
Montag 02.03.	Knusperlachs Kartoffelpüree Spinat	a1.c.d. g.(l.) (g.)	Joghurt mit Müsli	g. (h1.h2.h3. f.)
Dienstag 03.03.	Schnibbelbohneneintopf (grüne Bohnen, Kartoffeln) Dinkelbrötchen	(l.) a5.	Grießtasche mit Heidelbeerfüllung und Vanillesauce	a1.(c.f.) g. (h1.h2.h3. c.f.)
Mittwoch 04.03.	Hähnchenschnitzel natur Paprikasauce Vollkornnuudeln	g. a1.(c.f.)	Obstkorb	(l.)
Donnerstag 05.03.	Kartoffeln Spinat- Kichererbsensauce Rohkoststicks	(l.) g.	Vanillepudding	g. (h1.h2.h3. c.f.)

LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

Speiseplan vom 09.03.-12.03.2026 kurzfristige Änderungen behalten wir uns vor!

Datum	Tagesmenü	Zusatzst. Allergene	Dessert	Zusatzst. Allergene
Montag 09.03.	vegetarische Paprikaschote Vollkornreis Tomatensauce	(f.i.) g.	Kirschquark	g.
Dienstag 10.03.	Lachs im Backteig Kräuterkartoffeln Gurkensalat in Dill- Essig-Öl- Dressing	a1.c.d. (l.)	Obstkorb	(1.)
Mittwoch 11.03.	Schupfnudel – Gemüse – Pfanne (Brokkoli, Möhren, Mais) grüne Bohnensalat mit Essig-Öl- Dressing	a1.c.	Beerenmus aus Himbeeren u. Brombeeren	
Donnerstag 12.03.	Käse- Lauch- Suppe (Rindfleischgehacktes, Porree, Schmelzkäse) Roggenbrötchen	a1.(c.g.i.j.) a2.	Grießpudding	a1. g

LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

Speiseplan vom 16.03.- 19.03.2026 kurzfristige Änderungen behalten wir uns vor!

Datum	Tagesmenü	Zusatzst. Allergene	Dessert	Zusatzst. Allergene
Montag 16.03.	Hähnchencordon bleu Kartoffeln Erbsen in Rahm	c.g. (l.) g.	Apfeljoghurt	g.
Dienstag 17.03.	Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt gemischter Blattsalat mit Kräuter- Dressing	a1.c.f.g.	Milchreis Zucker / Zimt	g.
Mittwoch 18.03.	Fischfrikasse (Lachs-/ Seelachs, Möhren) Vollkornreis Möhrensticks	d.g.(i.)	Obstkorb	(1.)
Donnerstag 19.03.	Kartoffelsuppe (Kartoffeln, Sellerie, Möhren) Laugenbrötchen	i.(l.) a1.	Vanillepudding	g. (h1.h2.h3. c.f.)

LWL Schulzentrum Olpe und Felsenmeerschule Hemer

Speiseplan vom 23.03.-26.03.2026 kurzfristige Änderungen behalten wir uns vor!

Datum	Tagesmenü	Zusatzst. Allergene	Dessert	Zusatzst. Allergene
Montag 23.03.	Erbensensuppe (Möhren, Kartoffeln, Porree) Vollkornbrötchen	i.(l.) a1.	Stracciatellaquark	g.f.
Dienstag 24.03.	Hähnchencurry – geschnetzeltes mit Pfirsich Vollkornreis	g.	Obstkorb	(1.)
Mittwoch 25.03.	Vollkornnudel- Gemüsegratin (Tomate, Blumenkohl, Möhren) Eisberg- Möhrensalat Essig-Öl- Senf- Dressing	a1.g.(c.f.) j.	Schokopudding	g. (h1.h2.h3. c.f.)
Donnerstag 26.03.	Lachsfilet natur Kartoffelpüree Gedünstete Möhren	d. g.(l.)	Eis	a1.g. (h1.h2.h3. 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, a4 Hafer, 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.