

KW 1 vom 02.01.2023 bis 06.01.2023

Montag, den 02.01.2023

Spaghetti mit Linsen-Bolognese, geriebenem Käse und Salat ^{a,g}

Pudding ^g

Dienstag, den 03.01.2023

Falafel mit Gemüse-Bulgur und Kräuterschmand ^{a,g,i}

Obst der Saison

Mittwoch, den 04.01.2023

Karottensuppe mit Baguette und Gemüsesticks ^{a,i}

Grießbrei mit Zimt und Zucker ^{10,a,g}

Donnerstag, den 05.01.2023

Käsespätzle mit Tomatensalat ^{a,g}

Fruchtquark ^g

Freitag, den 06.01.2023

Fischstäbchen mit Rahmspinat und Langkornreis ^{a,d}
oder

veg. Alternative: Gemüsebratling

Obst der Saison

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



KW 2 vom 09.01.2023 bis 13.01.2023

Montag, den 09.01.2023

mit Spinat gefüllte Tortellini al forno mit Erbsen und Möhren ^{a,c,g}

Frucht-Dessert ^g

Dienstag, den 10.01.2023

„Räubertopf“ mit Linsen, Putenwiener, Kartoffeln, Möhren und Spätzle ^{a,i,j}

oder

veg. Alternative: veg. „Räubertopf“

Obst der Saison

Mittwoch, den 11.01.2023

Brokkolisuppe mit Vollkornbrot und Gemüsesticks ^{a,g}

Quarkbällchen ^{a,c,g}

Donnerstag, den 12.01.2023

Kartoffelgratin mit Eisbergsalat und Radieschen ^{c,g}

Apfelcreme ^{a,g}

Freitag, den 13.01.2023

Fischfrikadelle mit Kohlrabi à la crème und Nudeln ^{a,b,d,g,i,j}

oder

veg. Alternative: Gemüsefrikadelle

Obst der Saison

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



Änderungen vorbehalten

KW 3 vom 16.01.2023 bis 20.01.2023

Montag, den 16.01.2023

Penne mit Schinken-Sahne-Soße (Pute), geriebenem Käse und Salat
2,a,c,g

oder

veg. Alternative: Kräutersoße

Fruchtjoghurt^g

Dienstag, den 17.01.2023

Gemüse-Frittata mit Dip und Krautsalat^{a,c}

Obst der Saison

Mittwoch, den 18.01.2023

Blumenkohlsuppe mit Sonnenblumenbrot und Rohkostauswahl^{a,g}

Obstkuchen^{10,a,c,g}

Donnerstag, den 19.01.2023

veg. Schupfnudelpfanne mit gebratenem Gemüse und Tomatensoße^{2,a,c,g}

Pudding^{2,g}

Freitag, den 20.01.2023

Kibbelinge mit Gemüse-Graupen und Dip^{a,c,d,g}

oder

veg. Alternative: paniertes Gemüse

Obst der Saison

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



Änderungen vorbehalten

KW 4 vom 23.01.2023 bis 27.01.2023

Montag, den 23.01.2023

vegetarischer Gnocchi-Auflauf in Tomaten-Basilikumsoße mit Salat ^{a,g}

Pudding ^{10,g}

Dienstag, den 24.01.2023

Putengulasch mit Gemüse-CousCous ^{a,g}

oder

veg. Alternative: vegetarisches Gulasch ^{a,g}

Obst der Saison

Mittwoch, den 25.01.2023

Kartoffelcremesuppe mit Bauernbrot und Gemüsesticks ^{a,c,g}

lauwarmer Kaiserschmarren mit Vanillesoße ^{a,c,g}

Donnerstag, den 26.01.2023

Chili con carne mit Langkornreis und Gurkensalat ^{a,d}

oder

veg. Alternative: Chili sin carne

Fruchtquark ^g

Freitag, den 27.01.2023

Pasta mit Thunfischsoße, geriebenem Käse und Salat ^{a,d,g}

oder

veg. Alternative: Vollkornbratling

Obst der Saison

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



Änderungen vorbehalten

Speiseplan Rheinschule

KW 5 vom 30.01.2023 bis 03.02.2023

Montag, den 30.01.2023

Blumenkohl-Brokkoli-Kartoffel-Auflauf ^{a,c,g}

Obst der Saison

Dienstag, den 31.03.2023

Krautfleckerl (Vollkornnudeln mit Spitzkohl) und Salat ^{a,g}

Obst der Saison

Mittwoch, den 01.02.2023

Tomatencremesuppe mit Reiseinlage, Vollkornbrot und Gemüsesticks ^{a,g}

Mini-Berliner ^{a,c}

Donnerstag, den 02.02.2023

paniertes Putenschnitzel mit Rahmkarotten und Spätzle ^{a,c,g}

oder

veg. Alternative: Vollkornbratling ^{a,c}

Fruchtquark ^{2,g}

Freitag, den 03.02.2023

Fischstäbchen mit Kräuterdip, Baguette und Gurkensalat ^{a,c,d,g}

oder

veg. Alternative: Kohlrabi-Schnitzel ^{a,c}

Obst der Saison

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



Speiseplan Rheinschule

KW 6 vom 06.02.2023 bis 10.12.2023

Montag, den 06.02.2023

Nudelaufbau mit Rinderhackfleisch und Salat ^{a,g}

oder

veg. Alternative: Nudelaufbau mit Gemüse und Salat

Fruchtjoghurt ^g

Dienstag, den 07.02.2023

Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln ^{c,g}

Obst der Saison

Mittwoch, den 08.02.2023

Nudelsuppe mit Gemüseeinlage, Bauernbrot und Gemüsesticks ^a

Milchreis mit Zimt und Zucker ^{10,g}

Donnerstag, den 09.02.2023

Geflügelfrikadelle mit Kräuterdip, Kartoffel-Möhren-Erbesen-Stampf ^{a,c,g}

oder

veg. Alternative: Gemüsetaler

Fruchtquark ^{2,g}

Freitag, den 10.02.2023

Kibbelinge auf Tomatenragout mit Bandnudeln und Salat ^{a,c,d}

oder

veg. Alternative: Falafel ^{a,i}

Obst der Saison

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



KW 7 vom 13.02.2023 bis 17.02.2023

Montag, den 13.02.2023

Kartoffel-Spinat-Auflauf mit gemischtem Salat ^{a,i}

Vanillepudding ^{10,a}

Dienstag, den 14.02.2023

Spätzle mit Bratensoße und Salat ^a

Obst der Saison

Mittwoch, den 15.02.2023

Kürbissuppe mit Laugengebäck und Gemüsesticks ^a

Käsekuchen ^{10,a,c,g}

Donnerstag, den 16.02.2023

Hühnerfrikassee mit Buttererbsen und Langkornreis ^{a,g}

oder

veg. Alternative: veg. Frikassee ^{a,g}

Fruchtquark ^{2,g}

Freitag, den 17.02.2023

Nudeln mit Thunfischsoße, geriebenem Käse und Gurkensalat ^{d,g}

oder

veg. Alternative: Gemüse im Backteig ^g

Obst der Saison

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



Speiseplan Rheinschule

KW 8 vom 20.02.2023 bis 24.02.2023

Montag, den 20.02.2023

Penne mit Käsesoße und Salat ^{d,g,j}

Fruchtjoghurt

Dienstag, den 21.02.2023

Pizza Margherita mit Tomatensalat ^{a,c,g}

Obst der Saison

Mittwoch, den 22.02.2023

Erbsensuppe mit Vollkornbrot und Gemüsesticks ^{a,h}

Reibekuchen mit Apfelmus ^{2,a,c}

Donnerstag, den 23.02.2023

Königsberger Klopse mit Dampfkartoffeln und Brokkoli ^{2,a,g}

oder

veg. Alternative: Gemüsepuffer

Fruchtquark ^{2,g}

Freitag, den 24.02.2023

Tagliatelle mit Spinat-Lachs-Soße und Salat ^{a,d,g}

oder

veg. Alternative: Tagliatelle mit Spinatsoße ^g

Obst der Saison

Zusatzstoffe: 1: Farbstoff; 2: Konservierungsstoff; 3: Antioxidationsmittel; 4: Geschmacksverstärker; 5: geschwefelt; 6: geschwärzt; 7: gewachst; 8: Phosphat; 9: Süßungsmittel; 10: Zuckerart und Süßungsmittel; 11: Phenylalaninquelle; 12: chininhaltig; 13: koffeinhaltig

Allergene: a: Gluten; b: Krebstiere; c: Eier und Eierzeugnisse; d: Fisch und Fischerzeugnisse; e: Erdnüsse; f: Soja; g: Milch; h: Schalenobst (Nüsse); i: Sellerie; j: Senf; k: Sesamsamen; l: Lupinen; m: Weichtiere; n: Schwefeldioxid und Sulfide



Änderungen vorbehalten