

Speiseplan

Mensa im Schulzentrum Steinhagen	26.01.2026	27.01.2026	28.01.2026	29.01.2026	30.01.2026
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü	Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce mit Reis	Spaghetti mit Tomaten - Basilikum - Sauce	Seelachsfilet mit Gemüsekräutersauce und Gnocchi	Rindergulasch mit Nudeln	Gemüsefrikadelle mit Kräuterquark & kleinen Backkartoffeln
Allergene	a(Weizen)/g/i	a(Weizen)/K	a(Weizen)/d/g/i	a(Weizen)/i	a(Weizen)/c/g
Vegetarisch	Gemüse Kartoffel Gratin	Spaghetti mit Tomaten - Basilikum - Sauce	Vegetarischer Happen mit Gemüsekräutersauce und Gnocchi	Nudel Gemüse Pfanne	Gemüsefrikadelle mit Kräuterquark & kleinen Backkartoffeln
Allergene	a(Weizen)/g	a(Weizen)/K	a(Weizen)/g/i	a(Weizen)/i	a(Weizen)/c/g
Dessert	Vanillepudding	frischer Obstsalat	Schokocreme	Apfelmus	Gebäck
Allergene	g		g		a(Weizen)/c/g
Salatauswahl	Rohkostauswahl	/	/	Karottensalat	Tomatensalat
Allergene					

Änderungen im Speiseplan vorbehalten ! Lebensmittelunverträglichkeits Legende

(a) Glutenhaltige Getreide (Weizen / Roggen / etc.)
 (b) Krebstiere
 (c) Eier
 (d) Fisch
 (e) Erdnüsse
 (f) Sojabohnen
 (g) Milch

(h) Hülsenfrüchte
 (i) Sellerie
 (j) Senf
 (k) Sesam
 (l) Schwefeldioxid / Sulfite
 (m) Lupinen
 (n) Weichtiere

(1) Farbstoffe
 (2) Konservierungsstoffe
 (11) Süßungsmittel
 (4) Geschmacksverstärker
 (K) Knoblauch
 (SF) Schweinefleischfrei
 (GH) Geflügel nach Halal