

Speiseplan

Grundschulen Mömbris

KW 5 | 26.01. bis 30.01.2026



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag					
Menü 1 DGE-Linie	Gnocchi Rahmsoße Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)	G,W,E G,W,M,Sr E,M,3	Fischstäbchen (Seelachs paniert) Dampfkartoffeln Rahmspinat	G,W,F G,W,M,3,4	Vollkornspaghetti (BIO)  G,W Basilikumsoße Gurkensalat mit Joghurt	 G,W,M M	Hähnchenbrüstchen Zaziki Parboiled Reis Bio Grüne Bohnen	 M	veg. Steak (auf Milchbasis) veget. Bratensoße Couscous Eisbergsalat French Dressing	G,W,H,E,M,4 G,W,S,Sw,1,8 G,W,Sr E,M,Sf
	kJ: 2320	kcal: 554,5	kJ: 1600	kcal: 382,4	kJ: 1469	kcal: 351,2	kJ: 1267	kcal: 302,8	kJ: 1634	kcal: 390,4
Menü 2 vegetarisch	Chili sin Carne (Bohnen/Mais) Körnerbrötchen Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)	Sr G,W,R,Ge,H,Ss E,M,3	Rote-Bete-Sticks (paniert) Dampfkartoffeln Rahmspinat	G,W,M G,W,M,3,4	Vollkornspaghetti (BIO)  G,W Champignonragout Gurkensalat mit Joghurt	 G,W,M M	veget. Gyros (auf Ackerbohnenbasis) Zaziki Parboiled Reis Bio Grüne Bohnen	 M	Ofengemüse (Paprika, Zucchini, Champignons) Couscous Eisbergsalat French Dressing	G,W,Sr E,M,Sf
	kJ: 1822	kcal: 435,4	kJ: 1321	kcal: 315,7	kJ: 1530	kcal: 365,6	kJ: 1679	kcal: 401,4	kJ: 1879	kcal: 449,0
Dessert	Obstkorb (Bio) 		Pfirsichjoghurt M		Bioobst (voraussichtlich) 		Vanillepudding M		Bioobst (voraussichtlich) 	
	kJ: 255	kcal: 61,0	kJ: 266	kcal: 63,7	kJ: 306	kcal: 73,2	kJ: 264	kcal: 63,0	kJ: 678	kcal: 162,0

Die grün hinterlegten Angebote/Komponenten entsprechen dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen*. Sie wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit diesem Logo  ausgezeichnet

Wir verwenden Lebensmittel in Bio-Qualität. Diese sind auf dem Speiseplan tagesaktuell mit "Bio" gekennzeichnet. Die eingesetzten und gekennzeichneten Bio-Zutaten sind von der Öko-Kontrollstelle ABCERT (DE-ÖKO-006) zertifiziert.

Allergene: E enthält Eier | Er enthält Erdnuss | F enthält Fisch | G Glutenhaltiges Getreide | W enthält Weizen | R enthält Roggen | Ge enthält Gerste | H enthält Hafer | D enthält Dinkel | Kh/Ka enthält Khorasan/Kamut | K enthält Krebstiere | Lu enthält Lupine | M enthält Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose L*) | S enthält Soja | Schf Schalenfrüchte/Nüsse | H1 enthält Mandel | H2 enthält Haselnuss | H3 enthält Walnuss | H4 enthält Kaschunuss | H5 enthält Pecannuss | H6 enthält Paranuss | H7 enthält Pistazie | H8 enthält Macadamianuss | H9 enthält Queenslandnuss | Sf enthält Senf | Sr enthält Sellerie | Ss enthält Sesam | Sw enthält Schwefeldioxid und Sulfite | We enthält Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff | 3 mit Antioxidationsmittel | 4 mit Phosphat | 5 mit Süßungsmittel | 6 mit Geschmacksverstärker | 7 geschwärzt | 8 geschwefelt | 9 mit Nitritpökelsalz | 10 gewachst
Nährwertangaben: kcal Kilokalorien | kJ Kilojoule

* in der gluten- & lactosefreien Menülinie verwenden wir selbstverständlich ausschließlich lactosefreie Milch!