

# Speiseplan



Schule: Peter-Lustig-Schule

Der Speiseplan gilt für die KW 10, also vom 4.3. bis 7.3.2025

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“.

|                          | Montag        | Dienstag   | Mittwoch   | Donnerstag                      | Freitag   |
|--------------------------|---------------|--|--|---------------------------------|---|
| HAUPTMENÜ                | Rosenmontag   | Vegetarische Schnitzel mit Reis und Ketschup<br>a1 | Fisch mit Kartoffeln und gemischtem Gemüse<br>a1,d | Rote Linsensuppe, Brot<br>a1,a2 | Vegetarische Hackbällchen, Gnocchi, braune Soße<br>a1,j |
| VEGETARISCHE ALTERNATIVE | keine Schule! | ---  | alternativ: veganer Fisch<br>a1,j                  | ---                             | ---   |
| SALAT + ROHKOST          |               | Rote-Beete-Salat                                   | ---  | Rohkost: Paprika, Möhren        | Eisbergsalat  |
| DESSERT + OBST           |               | saisonales Obst                                    | saisonales Obst                                    | Pudding g                       | saisonales Obst   |

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Zusatzstoffe

|     |                                |    |   |
|-----|--------------------------------|----|---|
| 1   | Mit Farbstoff                  | 6  | Geschwärzt                                    |
| 2   | Mit Konservierungsstoff        | 7  | Gewachst                                      |
| 2.1 | Mit Nitritpökelsalz            | 8  | Mit Phosphat                                  |
| 2.2 | Mit Nitrat                     | 9  | Süßungsmittel(n)                              |
| 2.3 | Mit Nitratpökelsalz und Nitrat | 10 | Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln        |
| 3   | Mit Antioxidationsmittel       | 11 | Enthält eine Phenylalaninquelle               |
| 4   | Mit Geschmacksverstärker       | 12 | Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken |
| 5   | Geschwefelt                    |    |   |

Allergene

|    |            |    |                |    |   |
|----|------------|----|----------------|----|---|
| a1 | Weizen     | e  | Erdnüsse       | h6 | Paranüsse   |
| a2 | Roggen     | f  | Sojabohnen     | h7 | Pistazien   |
| a3 | Gerste     | g  | Milch, Laktose | h8 | Macadamia- oder Queenslandnüsse                     |
| a4 | Hafer      | h1 | Mandeln        | i  | Sellerie  |
| a5 | Dinkel     | h2 | Haselnüsse     | j  | Senf  |
| b  | Krebstiere | h3 | Walnüsse       | k  | Sesamsamen  |
| c  | Eier       | h4 | Kaschunüsse    | l  | Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l) |
| d  | Fische     | h5 | Pecannüsse     | m  | Lupine  |
|    |            |    |                | n  | Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.)        |