



SPEISEPLAN VOM 10.11. — 14.11.2025 Marion Dönhoff Gymnasium

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Linsen-Möhrensuppe (Kartoffeln, rote Linsen) M oder Minestrone (Lauch, Möhren, Sellerie, Nudeln) G (Weizen), Ses und Brötchen Ses	Ofenkartoffeln mit Kräuterquark M und Toppings: • Möhrenraspeln • Röstzwiebeln G (Weizen) • Gewürzgurken 5, 9 • Mais	Hähnchengyros (Hähnchenbrust, Zwiebeln) mit parboiled Reis und Tzatziki M *VEG: Sojageschnetzeltes So, G (Weizen) mit parboiled Reis und Tzatziki M	Verschiedene Pastasorten (Vollkorn) G (Weizen) und Saucen zum auswählen: • Ratatouillesauce G (Weizen) • Käse-Lauchsauce G (Weizen), M • Pesto (Parmesan, Basilikum) M	Seelachsfilet mediterran (MSC) F, M, G (Weizen) mit Kartoffeln und Kaisergemüse *VEG: Tofu mit Kräuter und Tomate xM, G (Weizen) mit Kartoffeln und Kaisergemüse
Quark M	Obst	Joghurt M	Obst	Grießpudding M, G (Weizen)

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Antioxidationsmittel
- 4 = mit Geschmacksverstärker
- 5 = geschwefelt
- 6 = geschwärzt
- 7 = gewachst
- 8 = mit Phosphat
- 9 = mit Süßungsmittel
- 10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle

Allergene:

- G = Glutenhaltige Getreide (z.B. Weizen, Roggen, Gerste, Hafer und Dinkel)
- K = Krebstiere
- E = Eier
- F = Fisch

- Er = Erdnüsse
- So = Soja
- M = Milch (einschließlich Laktose)

- N = Nüsse (Haselnüsse, Mandeln, Pekannüsse, Cashew, Pistazien, Walnüsse, Macadamia)
- Sel = Sellerie
- Sen = Senf
- Ses = Sesamsamen
- Sch = Schwefeldioxid und Sulfine

- L = Lupinen
- W = Weichtiere