



SPEISEPLAN VOM 02.11. - 06.11.2026 Marion Dönhoff Gymnasium

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
Grünkernbolognese (Grünkern, Möhren, Sellerie, Tomate) G (Weizen, Dinkel), Sal dazu Spaghetti G (Weizen)	Rotes Gemüsecurry (Kokosmilch, Koriander) G (Weizen) dazu Reis und gebratener Tofu So	Hähnchenfilet im Backteig G (Weizen), E mit glasierten Möhren, grünen Bohnen und Kartoffeln *VEG: Seitan So, G (Weizen) mit glasierten Möhren, grünen Bohnen und Kartoffeln	Verschiedene Pastasorten (Vollkorn) G (Weizen) Soßen zur Auswahl: • Brokkolisoße G (Weizen), M • Ratatouillesoße G (Weizen)	4 Fischstäbchen (MSC, Seelachs) G (Weizen), F, E mit Stampfkartoffeln M *VEG: Fischart (Weizeneiweiß, Soja) G (Weizen), E, So mit Stampfkartoffeln M
Obst	Joghurt M	Obst	Quark M	Grießbrei G (Weizen), M, E

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