



# Grundschule West in Bad Oldesloe



| Speisenplan für die Woche vom: |  | Montag, den 19.01.2026 bis Freitag, den 23.01.2026  |  | Änderungen unter Vorbehalt!   |  |
|--------------------------------|--|---|--|---|--|
| 4. KW                          | Montag   | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag  |
| <b>Menü 1</b>                  | <b>Vegan</b><br>Hausgemachtes Gemüse- Früchte- Curry mit Kartoffeln  | <b>Süß &amp; Vegetarisch</b><br>Hausgemachter Kaiserschmarrn (7,A,C,G) mit Vanillesauce (7,A,G) | <b>Fleisch</b><br>Hähnchengyros (4,9,J,) mit Reis und Krautsalat dazu Tzatziki (7,G,H) | <b>Vegetarisch</b><br>Fusilli- Nudeln (A,C) mit Käse-Sahnesauce (7,A,G) dazu geriebenen Käse (7,G)    | <b>Vegetarisch</b><br>Herzhaftes Bauernfrühstück (7,C,G) mit Gewürzgurkenscheiben (J)        |
| <b>Menü 2</b>                  | <b>Fleisch</b><br>Chili con Carne vom Rind (4,A) dazu Reis   |   | <b>Vegan</b><br>Hausgemachte Linsensuppe (H) mit ofenfrischem Baguette (A)             | <b>Vegetarisch</b><br>Fusilli- Nudeln (A,C) mit italienischer Tomatensauce dazu geriebenen Käse (7,G) | <b>Vegetarisch</b><br>Hausgemachter Kohlrabitaler (A) mit Reis (7,G) dazu Kräutersauce (7,G) |
| <b>Dessert</b>                 | Vanillepudding (7,G)   | Frisches Obst   | Hausgemachte Joghurtspeise (7,G)   | Frisches Obst   | Hausgemachte Quarkspeise (7,G)   |
| <b>Salatbuffet</b>             | Hier könnt Ihr Euch Euren Salat selbst gestalten: Eisbergsalat mit Tomate, Gurke & Mais Wechseldes Angebot: Karotten-Apfelsalat, Cous Cous (A) Bulgur (A) Nudelsalat (7,A,G) dazu hausgemachtes Dressing (7,C,G) |   |  |   |  |
| <b>Unsere Bio-Lebensmittel</b> | Kartoffeln, Reis, Penne- Nudeln, Fusilli- Nudeln, Bulgur, Milch, Brokkoli, Blumenkohl, Karotten, Erbsen, Hokkaidokürbis  |   |  |   |  |
| <b>Zusatzstoffe</b>            | 1=Farbstoffe, 2=Konservierungsstoffe, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=Schwefeldioxid, 6=Phosphate, 7=Milcheiweiß, 8=Phenylalaninquelle, 9=Süßungsmittel  |   |  |   |  |
| <b>Allergene</b>               | A=Glutenhaltiges Getreide, B=Krebstiere, C=Eier, D=Fische, E=Erdnüsse, F=Soja, G=Milch,Milcheiweiß & Lactose, H=Schalenfrüchte, I=Sellerie, J=Senf, K=Sesamsamen,  |   |  |   |  |