



# Grundschule West in Bad Oldesloe



Speisenplan für die Woche vom: Montag, den 26.01.2026 bis Freitag, den 30.01.2026 Änderungen unter Vorbehalt!					
5. KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	<b>Süß &amp; Vegetarisch</b> Hausgemachter Milchreis (7,G) mit warmer Kirschsauce (A)	<b>Fisch</b> Gebackenes Seelachsfilet in Eihülle (A) mit Brokkoli dazu Kartoffelpüree (7,G)	<b>Vegetarisch</b> Hausgemachter Gemüsetaler mit Kartoffelwedges dazu Kräuterquark (7,G)	<b>Fleisch oder Vegetarisch</b> 2 Hot Dog- Brötchen (A) mit Würstchen vom Geflügel oder vegetarisches Würstchen (3,4,J) mit Röstzwiebeln Gewürzgurkenscheiben und Tomatenketchup (2,9) dazu Kartoffelwedges	<b>Vegan</b> Chili sin Carne mit Sojahack (A,F) dazu Reis
<b>Menü 2</b>	<b>Vegetarisch</b> Reis mit buntem Gemüse und fruchtiger Tomatensauce	<b>Vegetarisch</b> Zwei Senfeier (7,A,C,G) mit Salzkartoffeln	<b>Vegetarisch</b> Hausgemachte Erbsensuppe (H) mit ofenfrischem Baguette (A)		<b>Vegetarisch</b> Überbackene Zucchini mit Cous Cous gefüllt dazu Frischkäse- Kräutersauce
<b>Dessert</b>	Frisches Obst	Hausgemachte Quarkspeise (7,G)	Frisches Obst	Frisches Obst	Schokoladenpudding (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,				