

LUNA SPEISEPLAN OKTOBER

BERTOLT-BRECHT-OBERSCHULE



Mittwoch – 01.10.2025

Lachs in Zitronensoße^{f gw m} mit **Spinat**^{gw m} und **Reis**^{g sm}

- o

Käse-Lauch Suppe^m (Goudakäse, Sahne) mit **CROUTONS**^{gw sm}

- o

Obst

Donnerstag – 02.10.2025

Hähnchenschnitzel^{gw gg} mit **Rotkohl** und **Kartoffelpüree**^m

- o

Gnocchi-Gemüsepfanne^{gw m sj sn} (Tomaten, Champignons, Brokkoli, Erbsen, Mais)

- o

Stracciatellaquark^{m sj sc g sm n} (Quarkspeise mit Schokoladenstücken)

Freitag – 03.10.2025

Tag der Deutschen Einheit

FEIERTAG

Montag – 06.10.2025

Spirelli^{gw sj sn e} (Spiralnudeln) mit **Bolognese** (Rinderhackfleisch, Zucchini, Tomaten, Möhren) und **Reibekäse**^m (Goudakäse)

- o

Kartoffel-Brokkoli Gratin^{gw m} (Bechamel, Goudakäse) mit **Kräutergartensoße**^{gw m}

- o

Obst

Dienstag – 07.10.2025

Paneerkäse (Indischer Rahmkäse) in **Kräutersahnesoße**^{gw m} mit **Erbsen** und **Bulgur**^{gw sj sm}

- o

Chili sin carne^{g sm} (Kidneybohnen, Mais, Paprikas, Tomaten) mit **Vollkornreis**^{g sm}

- o

Birnenquark^m

Mittwoch – 08.10.2025

Mehlierter Seelachs Müllerin Art^{gw f m sn e} mit **Wirsing in Rahm**^{gw m} und **Kartoffeln**

- o

Kartoffelsuppe^{sl} (Möhren, Porree) mit vegetarischem **Würstchen**^{1 e m g sl sn sj} (Hühnerfleisch) und **Dinkelvollkornbrötchen**^{gd gw gh gg sm n sc e m sj}

- o

Obst

Donnerstag – 09.10.2025

Eierfrikassee^{m gw e} (Möhren, Erbsen, Porree) mit **Kartoffeln**

- o

Vorsuppe: **Blumenkohlcremesuppe**^m **Grießbrei**^{m gw}

- o

Rote Grütze (Johannis-, Him-, Brom-, Heidelbeeren)

Freitag – 10.10.2025

Hausgemachter Linsentaler^{gw gd e sj sn sm lu} (Braune Tellerlinsen, Grünkern, Möhren, Ei) mit **grünen Bohnen in Soße**^{gw m} und **Kartoffelpüree**^m

- o

Blumenkohl in Curry-Kokoscremesoße^{gw m} und **Reis**^{g sm}

- o

Mangoquark^m

Montag – 13.10.2025

Penne^{gw sj sn e} (Röhrennudeln) mit **Tomatensoße** und **Geflügel-Köttbullar**^{gw e} (Puten-/Hähnchenhackfleischbällchen), dazu **Gemügesticks**

- o

Kartoffel-Gemüseauflauf^{gw m} (Möhren, Porree) mit **Sahnesoße**

- o

Obst

Dienstag – 14.10.2025

Chinapfanne mit **Tofustreifen**^{sj} (Paprikas, Weißkohl, Möhren, grüne Bohnen, Sojasprossen, Pfirsich) und **Reis**^{g sm}

- o

Gemüse-Maultaschen^{gw e m sl sj sn} (Möhren, Sellerie, Porree) in **Gemüsebrühe**^{sl}

- o

Vanillejoghurt^m

Mittwoch – 15.10.2025

Lachs in Gurken-Dillsoße^{f gw m} mit **Vollkornreis**^{g sm}

- o

Spinat-Vollkornnudelaufauf^{gw m sj sn e} (Blattspinat, Bechamel, Goudakäse) mit **Tomatensoße**

- o

Obst

Donnerstag – 16.10.2025

Rührei^m mit **Rahmspinat**^{gw m} und **Kartoffeln**

- o

Tortellini^{gw m sj sn} (Ricotta, Spinat) mit **Tomatensoße**

- o

Tomatensalat mit **frischen Schnittlauch**

Freitag – 17.10.2025

Vegetarisches Schnitzel^{gw sj e m sc sl sn sm} (Soja, Weizen) mit **Mascarpone-Möhren**^{m gw} und **Kartoffeln**

- o

Grüner Erbseneintopf^{g sj sn sm lu} mit **Saatenbrötchen**^{gw gr gh gg sm sj m sc}

- o

Schokoladenpudding^m

Allergen Deklaration

Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten, gw=Weizen, gr=Roggen, gg=Gerste, gh=Hafer, gd=Dinkel, gk=Kamut, kr=Krebstiere, e=Ei, f=Fisch, n=Erdnuss, sj=Soja, m=Milch oder Milchbestandteile, sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queensland-nuss), sl=Sellerie, sn=Senf, sm=Sesam, sd=Schwefeldioxid u. Sulphite, lu=Lupine, w=Weichtiere.
Alle **grünen Komponenten** bestehen zu 100% aus Bio-Zutaten. DE-ÖKO-070 **Blaue Buchstaben** weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). **Rote Zahlen** weisen auf enthaltene Zusatzstoffe hin.
Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.
Wir verwenden jodiertes Speisesalz. **Änderungen vorbehalten.**

Zusatzstoffkennzeichnung

1=mit Farbstoff, 2=mit Konservierungsstoff, 2.1=mit Nitritpökelsalz, 2.2=mit Nitrat, 3=mit Antioxidationsmittel, 4=mit Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=mit Süßungsmittel, 8.1=enthält eine Phenylalaninquelle, 9=mit Phosphat, 10=Koffein, 11=chininhaltig



LUNA SPEISEPLAN OKTOBER

BERTOLT-BRECHT-OBERSCHULE

Montag – 20.10.2025

Herbstferien bis zum 31.10.2025

GESCHLOSSEN

Dienstag – 21.10.2025

GESCHLOSSEN

Mittwoch – 22.10.2025

GESCHLOSSEN

Donnerstag – 23.10.2025

GESCHLOSSEN

Freitag – 24.10.2025

GESCHLOSSEN

Montag – 27.10.2025

GESCHLOSSEN

Dienstag – 28.10.2025

GESCHLOSSEN

Mittwoch – 29.10.2025

GESCHLOSSEN

Donnerstag – 30.10.2025

GESCHLOSSEN

Freitag – 31.10.2025

GESCHLOSSEN



Allergen Deklaration

Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten, gw=Weizen, gr=Roggen, gg=Gerste, gh=Hafer, gd=Dinkel, gk=Kamut, kr=Krebstiere, e=Ei, f=Fisch, n=Erdnuss, sj=Soja, m=Milch oder Milchbestandteile, sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queensland-nuss), sl=Sellerie, sn=Senf, sm=Sesam, sd=Schwefeldioxid u. Sulphite, lu=Lupine, w=Weichtiere.

Alle **grünen Komponenten** bestehen zu 100% aus Bio-Zutaten. DE-ÖKO-070 **Blaue Buchstaben** weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). **Rote Zahlen** weisen auf enthaltene Zusatzstoffe hin.

Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.

Wir verwenden jodiertes Speisesalz. **Änderungen vorbehalten.**

Zusatzstoffkennzeichnung

1=mit Farbstoff, 2=mit Konservierungsstoff, 2.1=mit Nitritpökelsalz, 2.2=mit Nitrat, 3=mit Antioxidationsmittel, 4=mit Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=mit Süßungsmittel, 8.1=enthält eine Phenylalaninquelle, 9=mit Phosphat, 10=Koffeinhaltig, 11=chininhaltig

