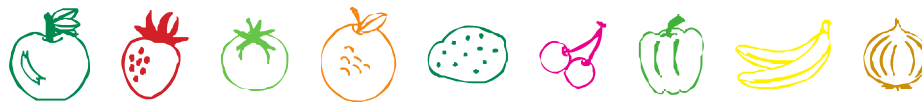


Speiseplan



Schule: OGS-Mülheimer Freiheit

Nr. 1

Der Speiseplan gilt für die KW 16,20,24,28,38,42 „also vom 13.04.2026 bis 16.10.2026

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung an Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Penne Vollkorn (a1) dazu Mangold-Sahnesoße (g1,g2)	Lachsfilet(d) aus dem Ofen dazu Kartoffel-Rösti-Ecken	Lahmacun (türkische Pizza (a1))	3 Cevapcici (Lamm und Rind) dazu Djuvec-Reis(i) und Zaziki (g1,g2)	Linseneintopf(i) (Kartoffeln, Möhren, Sellerie) dazu ein Brötchen (a1)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Vegane Hackbällchen (Soja (f)) dazu Kartoffel-Rösti-Ecken		Djuvec-Gemüse-Reis(i) dazu Zaziki (g1,g2)	
SALAT + ROHKOST	Chefsalat Blattsalat, Ei(c), Gouda, Bio-Tomaten, Gurken, Kidneybohnen, Mais, Möhren dazu Kräuter-Dressing(i)	Rahm-Gurkensalat (g1,g2)	Blattsalat Kraut(3), Bio-Tomaten, Gurken, Feta (g1,g2), Zwiebeln dazu Cocktail-Dressing (f)	Krautsalat (3)	
OBST + DESSERT	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Ayran oder Fruchtjogurt (g1,g2)		Saisonales Obst

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Essen für Kinder mit Allergien und/oder Unverträglichkeiten werden nach Absprache mit den vor Ort Verantwortlichen (OGS-Leitung + Küchenleitung) nach dem Allergen-Leitfaden umgesetzt und gesondert vermerkt.