Speiseplan



NETZWERK e.V.
Soziale Dienste und Ökologische Bildung

Schule: OGS-Mülheimer Freiheit / Düsseldorfer. Nr. 3

Der Speiseplan gilt für die KW 47,51,04,08 **„ also vom** 02.11.2026 **bis** 19.03.2027

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Fussili Vollkorn (a1) dazu Gemüsecremesoße (Dicke Bohnen, Champignons, Austernseitlinge) (g1,g2)	Rotbarschfilet (d) in Tomaten-Paprikasoße dazu türkischer Reis(a1,g1,c) mit Kichererbsen	Kartoffelgratin (g1,g2,c) mit Gemüse (Blumenkohl, Möhren, Brokkoli)	Ungarisches Gulasch (Rind) mit Kartoffelklößen und Rotkraut	Kürbiscremesuppe (Kartoffeln, Zwiebeln) dazu ein Vollkornbrötchen (a1,a2,a5)
VEGETARISCHE ALTERNATIVE		Haloumi (g1,g2) in Tomaten-Paprikasoße dazu türkischer Reis(a1,g1,c) mit Kichererbsen		3 Vegane Hackbällchen (Soja (a1,a3,f)) mit Kartoffelklößen und Rotkraut	
SALAT + ROHKOST	Rohkost saisonal	Rohkost saisonal	Blattsalat (Tomaten, Gurken, Kidney-Bohnen, Mais, Paprika) dazu Kräuterdressing (j)		Rohkost saisonal
OBST + DESSERT	Saisonales Obst		Fruchtjoghurt (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.