










# Speiseplan Juni zur Fußball Europameisterschaft



Datum	Menü 1	Fleischalternative zu Menü 1	Menü 2 ovo-lacto-vegetarisch DGE zertifiziert 	Gemüse/ Obst/ Dessert für alle Menülinien DGE zertifiziert 
Montag, 03.06.2024	Möhreneintopf mit Wurzelgemüse (Kartoffeln(BIO), Porree(BIO), Sellerie(BIO), Möhren(BIO))(L, M, SL, 4 g KH), Vollkornbrot(BIO)(GL, SS, WZ, RG, GR, HF, 34 g KH)		Kartoffelgnocchi(BIO)(EI, GL, WZ, 33 g KH) mit Blattspinat(BIO) und Käsesoße (Käse(BIO))(L, M, 3 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Gouda-Käsewürfel(BIO)(L, M, 3 g KH), Obst der Saison(BIO)
Dienstag, 04.06.2024	Hühnerfrikassee mit Karotten und Erbsen(G, L, M, 6 g KH), dazu Vollkornreis Fairtrade(BIO)(33 g KH) 		Mediterranes Gemüse (Paprika, Karotten, Zucchini)(3 g KH) mit Joghurt-Kräuter-Dip(L, M, 4 g KH) an Vollkorn-Couscous(BIO) (GL, WZ, 32 g KH)	Dill-Gurkensalat mit Sahne(L, M, 4 g KH)
Mittwoch, 05.06.2024	Schnittlauchrührei(EI, 3, 1 g KH) mit Rahmspinat (Spinat(BIO)) (L, M, 2 g KH) und Kartoffeln(BIO)(15 g KH)		Gemüse-Nudelauf (Broccoli(BIO), Karotten(BIO), Mais(BIO), Käse(BIO)) mit Sonnenblumenkernen (GL, L, M, WZ, 16 g KH) an Tomatensoße(6 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Quark mit Schwarzen Johannisbeeren (Quark(BIO), Milch(BIO))(L, M, 9 g KH)
Donnerstag, 06.06.2024	Rindergeschmortes (Rindfleisch(BIO))(R, 4 g KH) mit grünen Bohnen (Bohnen(BIO))(L, M, 5 g KH) und Reis Fairtrade(BIO)(31 g KH) 		Blumenkohl mit Käse überbacken (Blumenkohl(BIO), Käse(BIO))(M, 3 g KH), dazu Petersiliensoße(L, M, 4 g KH) und Kartoffeln(BIO)(15 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Obst der Saison(BIO)
Freitag, 07.06.2024	Fischheringstopf (Apfel, Zwiebel, Gewürz gurke, Mayonnaise) (EI, F, L, M, SE, 2, 3, 4 g KH) mit Kartoffeln(BIO)(15 g KH) 		Makkaroni(BIO)(GL, WZ, 29 g KH), dazu Frischkäsesoße mit Karottenstiften (Sellerie, Porree)(L, M, SL, 6 g KH)	Vanillejoghurt (Joghurt(BIO))(L, M, 8 g KH)
Montag, 10.06.2024	Nudelschleifen(BIO)(GL, WZ, 68 g KH) mit einer Tomatensoße „Napoli“ (Tomate, Zwiebel)(5 g KH) mit Reibekäse(BIO)(M, 3 g KH)		Mexikanischer Gemüse-Mix aus Mais, Kidneybohnen, Karotten, Sellerie, Erbsen, Bohnen, Paprika rot/grün mit Hirtenkäsewürfel(L, M, SL, 6 g KH) an Kartoffelgratin (Kartoffeln(BIO))(L, M, 9 g KH)	Gemüse Snack, Käsewürfel(BIO)(L, M, 3 g KH), Obst der Saison(BIO)
Dienstag, 11.06.2024	Hähnchenschnitzel paniert(G, GL, WZ, 1 g KH), dazu Kartoffelsalat "hausgemacht" Essig/Öl (Kartoffeln(BIO))(3, 13 g KH) 		Spätzle(BIO)(EI, GL, WZ, 24 g KH), dazu Rahmchampignons mit frischer Petersilie(L, M, 4 g KH)	Gemischter Salat, dazu hausgemachtes Joghurdressing mit Schnittlauch(L, M, 15 g KH)
Mittwoch, 12.06.2024	Gebackener Alaska Seelachs mit knackigem Salat und Remoulade im Brötchen(EI, F, GL, L, M, SE, 3, WZ, 24 g KH) 		Tortellini-Auflauf mit Kirschtomaten und frischem Schnittlauch (Tortellini(BIO))(EI, GL, L, M, WZ, 17 g KH)	Quark mit Erdbeeren (Quark(BIO), Milch(BIO)) (L, M, 8 g KH)
Donnerstag, 13.06.2024	Polenta-Spinat-Brätling(EI, GL, L, M, SL, WZ, 28 g KH) an feurröter Gemüsesoße aus Tomaten(BIO), Paprika(BIO) und Karotten(BIO)(7 g KH), dazu Vollkornreis Fairtrade(BIO)(32 g KH)		Rote Linsensbolognese (Linsen(BIO), Zwiebel(BIO), Tomate(BIO), Porree(BIO), Sellerie(BIO), Möhren(BIO)) (SL, 10 g KH) auf Vollkornspirelli(BIO)(GL, WZ, 32 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Obst der Saison(BIO)
Freitag, 14.06.2024	Ungarisches Kesselgulasch mit Rindfleisch (Kartoffeln(BIO), Rindfleisch(BIO), Tomate, Paprika, Zwiebel, Porree, Sellerie, Karotte)(R, SL, 5 g KH), dazu Vollkornbrot(BIO)(GL, SS, WZ, RG, GR, HF, 34 g KH) 		Kräuterquark mit Gurkenstreifen(L, M, 4 g KH), mit Butter(L, M), Leinöl, und Kartoffeln(BIO)(15 g KH) 	Gemüse Snack, Joghurt(BIO) mit Kirschen(L, M, 10 g KH)



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Die Nährwertangaben/Kohlenhydratangaben (KH) beziehen sich auf 100g der jeweiligen Menü-Komponente und werden in g KH (Gramm Kohlenhydrate) angegeben.

Kennzeichnung von Farb- und Zusatzstoffen:

(1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) Schwefeldioxid und Sulfite; (6) geschwärzt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat;

# Speiseplan Juni zur Fußball Europameisterschaft



Datum	Menü 1	Fleischalternative zu Menü 1	Menü 3 ovo-lacto-vegetarisch DGE zertifiziert	Gemüse/ Obst/ Dessert für alle Menülinien DGE zertifiziert
Montag, 17.06.2025	Kartoffelsuppe (Kartoffeln(BIO), Möhren, Sellerie, Porree) (L, M, SL, 4 g KH), Grießbrei (Grieß(BIO))(GL, L, M, WZ, 34 g KH) mit Erdbeersoße(10 g KH)		Französisches Gemüseragout (Aubergine, Zucchini, Tomate, Paprika, Zwiebel)(4 g KH) mit Fairtrade-Reis(BIO) (32 g KH)	Gemüse Snack, Käsewürfel(BIO)(L, M, 3 g KH), Obst der Saison(BIO)
Dienstag, 18.06.2024	Wurstgulasch vom Geflügel(G, SE, Z, 2, 3, 8, 8 g KH) mit Makkaroni(BIO)(GL, WZ, 29 g KH)		Vegetarische Frikadelle mit Dinkel(Ei, GL, SF, WZ, DK, 12 g KH), Rahmerbsen (Erbsen(BIO))(L, M, 6 g KH) und Kartoffelpüree (Kartoffeln(BIO))(L, M, 13 g KH)	Eisbergsalat(BIO)(2 g KH) mit Himbeerdressing(21 g KH)
Mittwoch, 19.06.2024	Karotten-Blumenkohlragout(L, M, 6 g KH) mit Kartoffeln(BIO)(15 g KH)		Albanische Weiße Bohnensuppe (Paprika, Karotte, Zwiebel)(9 g KH) mit Sonnenblumenbrot(BIO)(GL, RG, 34 g KH)	Gemüse Snack, Quarkspeise "Zitrone" (Quark (BIO), Milch(BIO))(L, M, 7 g KH)
Donnerstag, 20.06.2024	Cevapcici (Geflügel-Hackfleischröllchen)(Ei, G, GL, L, M, SE, Z, WZ, 12 g KH) mit Balkan-Gemüesoße aus Tomate, Karotten, Erbsen, Mais, Bohnen und Paprika(7 g KH) und Vollkornreis Fairtrade(BIO)(32 g KH)		Vollkornspirelli(BIO)(GL, WZ, 32 g KH), dazu hausgemachtes Pesto aus frischen Kräutern(Ei, L, M, 2) und Reibekäse(BIO)(M, 3 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Obst der Saison(BIO)
Freitag, 21.06.2024	Wildlachs in Zitronenrahmsoße mit Gemüsestreifen (Karotte(BIO),Kartoffeln(BIO),Pastinaken(BIO))(Ei, F, L, M, 6 g KH), dazu Kartoffeln(BIO)(15 g KH)		Italienische Gemüselagnae (Nudelplatten(BIO),Tomaten(BIO), Möhre(BIO), Sellerie(BIO), Lauch(BIO), Käse(BIO))(GL, L, M, SL, WZ, 9 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Joghurt(BIO) mit Erdbeeren(L, M, 9 g KH)
Montag, 24.06.2024	Märkische Kartoffelsuppe (Zwiebeln, Porree, Sellerie, Möhren)(BIO)(SL, 7 g KH), dazu ein vegetarisches Würstchen (Ei, 3 g KH) und Vollkornbrot(BIO)(GL, SS, WZ, RG, GR, HF, 34 g KH)		Kaisergemüse (Karotten(BIO), Blumenkohl(BIO), Broccoli(BIO))(L, M, 2 g KH), dazu eine helle Soße „Holländische Art“(Ei, L, M, 4 g KH) und Kartoffeln(BIO)(15 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Gouda-Käsewürfel(BIO)(L, M, 3 g KH), Obst der Saison(BIO)
Dienstag, 25.06.2024	Bunte Spirelli(BIO)(GL, WZ, 29 g KH) mit milder Tomaten-Oliven-Soße (all'arrabbiata)(5 g KH) und Reibekäse(BIO)(M, 3 g KH)		Champignonsuppe (Champignons(BIO))(L, M), Kaiserschmarren(BIO)(Ei, GL, L, WZ, 25 g KH) mit hausgemachter Vanillesoße(L, M, 11 g KH)	Karottensalat mit Apfel (Karotten(BIO))(3, 9 g KH)
Mittwoch, 26.06.2024	Türkische Linsensuppe (Kartoffeln(BIO), rote Linsen, Karotten)(12 g KH) mit Fladenbrot(GL, SS, WZ, 48 g KH)		Gemüse-Köttbullar (Kartoffeln, Erbsen, Mais, Möhren, Grünkohl, Zwiebeln)(Ei, 22 g KH) mit Joghurt-Kräuter-Dip(L, M, 4 g KH) an Gemüse-Couscous (Couscous(BIO), Karotten, Mais, Erbsen, Bohnen, Paprika, Sesam)(GL, SS, WZ, 10 g KH)	Gemüse Snack, Quark mit Heidelbeeren (Quark(BIO), Milch(BIO))(L, M, 9 g KH)
Donnerstag, 27.06.2024	Rindergulasch (Rindfleisch(BIO))(R, 4 g KH) mit Apfelrotkohl(Rotkohl(Bio))(3, 9 g KH) und Kartoffeln(BIO)(15 g KH)		Kartoffel-Spinat-Auflauf (Kartoffel(BIO), Spinat(BIO), Käse(BIO))(L, M, 9 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Obst der Saison(BIO)
Freitag, 28.06.2024	Fisch-Frikadelle vom Alaska Seelachs(F, GL, L, M, SE, Z, WZ, 17 g KH) mit Mischgemüse in Soße (Erbsen(BIO), Karotten(BIO))(L, M, 7 g KH) und Kurkuma Vollkornreis Fairtrade(BIO)(32 g KH)		Gemüse-Bolognese (Tomaten(BIO), Zwiebeln(BIO), Porree(BIO), Sellerie(BIO), Möhren(BIO))(SL, 6 g KH) mit Reibekäse(BIO)(M, 3 g KH) auf Vollkorn-Makkaroni(BIO) (GL, WZ, 28 g KH)	Gemüse Snack(BIO), Joghurt(BIO) mit Brombeeren(L, M, 9 g KH)



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Die Nährwertangaben/Kohlenhydratangaben (KH) beziehen sich auf 100g der jeweiligen Menü-Komponente und werden in g KH (Gramm Kohlenhydrate) angegeben.

Kennzeichnung von Farb- und Zusatzstoffen:

(1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) Schwefeldioxid und Sulfite; (6) geschwärzt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat;