

MENÜPLAN Schule am Meer JANUAR 2026

Name: _____

Klasse: _____

<input type="radio"/> Mo, 05.01	<input type="radio"/> Rinder-Bratwurst mit Gemüse und Püree (R, A, B, I)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Nudeln mit Käsesauce (1a,2,3, A)
<input type="radio"/> Di, 06.01.	<input type="radio"/> Hähnchenschnitzel mit Rahmchampignons und Kartoffeln (Gef., 1a,1d,2,3, A)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Gnocci mit Grillgemüse und Tomatensauce (a1,2,3)
<input type="radio"/> Mi, 07.01.	<input type="radio"/> Frikadelle mit Bohnen u. Püree (R,1a,2,3)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Reis mit Rahmgemüse (Erbsen, Möhren und Kohlrabi) (2)
<input type="radio"/> Do, 08.01.	<input type="radio"/> Hackfleischlasagne (R, 1a,2,3,7)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Spinatlasagne (1a,2,3,7)
<input type="radio"/> Fr, 09.01.	<input type="radio"/> Kartoffel-Gemüse-Eintopf mit extra Würstchen (S,2, A, I)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Möhrencremesuppe mit Reiseinlage (2)
<input type="radio"/> Mo, 12.01.	<input type="radio"/> Nudeln mit Sauce „Bolognaise“ (R,1a,2,7)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Nudeln mit Tomatensauce (1a,2,7, A)
<input type="radio"/> Di, 13.01.	<input type="radio"/> Rindergeschnetzeltes mit Gemüsestreifen und Reis (R,2)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Pfannkuchen mit Apfelmus oder Zimt und Zucker (2,3, A, B,C,H)
<input type="radio"/> Mi, 14.01.	<input type="radio"/> Nudel-Hackfleisch-Auflauf mit Gemüse und Tomatensauce (R,1a,2,7)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Sesamkartoffeln mit Sourcreme und Gemüserohkost (2,7,11)
<input type="radio"/> Do, 15.01.	<input type="radio"/> Fischstäbchen mit Zitronenbuttersauce, Kartoffeln u. Gurkensalat (1a,2,3)
<input type="radio"/> Veggi	<input type="radio"/> Gnocci mit Gemüse-Käsesauce (1a,2,3)

<input type="radio"/> <i>Fr, 16.01.</i>	<i>Reispfanne mit Bohnen. Mais und Tomaten (2,7)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Nudelsuppe mit Gemüseeinlage (1a,3)</i>
<input type="radio"/> <i>Mo, 19.01.</i>	<i>Pasta mit Erbsen und Tomaten-Ricotta-Sauce (1a, 2,7)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Rahmspinat mit Ei und Salzkartoffeln (2)</i>
<input type="radio"/> <i>Di, 20.01.</i>	<i>Rindfleischbällchen in Tomatensauce mit Reis (R, 2,7)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Spätzle mit Käsesauce (1a ,2,3,A,C)</i>
<input type="radio"/> <i>Mi, 21.01.</i>	<i>Rahmkohlrabi m. Kartoffeln und extra Fleischbällchen (S,2, A)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Kartoffelpuffer mit Kräuterquark und Rohkoststicks (2,3,A,B,H)</i>
<input type="radio"/> <i>Do, 23.01.</i>	<i>Nudel-Auflauf mit Kochschinkenstreifen und Gemüsestreifen (S, 1a,2, 7)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Nudeln mit Tomatensauce (1a,2,3)</i>
<input type="radio"/> <i>Fr, 23.01.</i>	<i>Gemüseeintopf mit extra Würstchen (S,7, A,B,I)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Kürbis-Mango-Cremesuppe mit Baguettebrot (1a,2)</i>
<input type="radio"/> <i>Mo, 26.01.</i>	<i>Puten-Geschnetzeltes „Gyros“, Tomatenreis, Krautsalat u. Tzatziki (Gef.,2,7)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Gemüsepfanne mit Cous Cous (1)</i>
<input type="radio"/> <i>Di, 27.01.</i>	<i>Hähnchen-Nuggets mit Tomatensauce und Gemüsereis (Gef.,1a,2,37)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Möhren-Zucchini-Puffer mit Kräuterquark (1a,2,3)</i>
<input type="radio"/> <i>Mi,28.01</i>	<i>Nudeln mit Sauce „Bolognaise“ (R,1a,2,3,)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Milchreis mit Kirschen oder mit Zimt und Zucker (2,A,C,H)</i>
<input type="radio"/> <i>Do 29.01</i>	<i>Kartoffelauflauf mit Putenbruststreifen (Gef.,2)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Backkartoffel mit Kräuterquarkcreme und Möhren-Rohkost (2)</i>
<input type="radio"/> <i>Fr, 30.01.</i>	<i>Chilli con carne mit Baguettebrot (R,1a, A)</i>
<input type="radio"/> <i>Veggi</i>	<i>Tomatencremesuppe mit Reiseinlage (2)</i>

Essensplan bitte spätestens bis zum 10.12.2025 zurückgeben.

Bei nicht eingereichten Essensplänen wird automatisch das vegetarische Essen bestellt.