

Speiseplan



Grundschule Helenental

vom 19.10.2026 bis 23.10.2026, 43. KW

Montag



Puten-Gemüsepfanne dazu gelber Reis und Zitronenquark zum Nachtisch

Allergene und BE: Puten-Gemüsepfanne (8); 0,29 BE / 100g || Indischer Kurkumareis ; 2,79 BE / 100g || Zitronenquark (8); 0,89 BE / 100g



Champignon-Gemüsepfanne dazu gelber Reis und Zitronenquark zum Nachtisch

Allergene und BE: Champignon-Gemüsepfanne (8); 0,36 BE / 100g || Indischer Kurkumareis ; 2,79 BE / 100g || Zitronenquark (8); 0,89 BE / 100g

Dienstag



Drei Kartoffel-Käsetaler dazu einen Joghurt-Dipp und grüner Salat mit Vinaigrette

Allergene und BE: Kartoffel-Käsebratling (4, 8); 1,48 BE / 100g || Joghurt-Dipp (8); 0,44 BE / 100g || Blattsalat geschnitten ; 0,15 BE / 100g || Vinaigrette (11); 0,5 BE / 100g

Mittwoch



Käse-Lauchcremesuppe dazu eine halbe Laugenstange und Pflaumencrumble mit Vanillesauce zum Nachtisch

Allergene und BE: Käse-Lauchcremesuppe mit Kartoffeln (8, 10); 0,52 BE / 100g || Pflaumencrumble C&H (8, 2d, 2a, 9c); 2,5 BE / 100g || Vanillesauce, Sobo, kalt C&H (8); 1 BE / 100g || Laugenstangen, Demeter (14, 2a, 2e); 3,6 BE / 100g

Donnerstag



Knusprig überbackene Lasagne al Forno (Rind) dazu Gurken zum selber Schneiden

Allergene und BE: Lasagne Rinderhack, C&H (8, 10, 2a); 1,57 BE / 100g || Gurken ; 0,17 BE / 100g



Knusprig überbackene Gemüselasagne und Gurken zum selber Schneiden

Allergene und BE: Lasagne vegetarisch, C&H (8, 10, 2a); 1,57 BE / 100g || Gurken ; 0,17 BE / 100g

Freitag



Schleifernudeln (schwäbische Nudelspezialität) dazu Gemüsebolognese und geriebenen Käse, Obst zum Nachtisch

Allergene und BE: Vegetarische Gemüsebolognese (10); 0,33 BE / 100g || Schleifernudeln (2a); 3,78 BE / 100g || Käse, gerieben (8); 0 BE / 100g || Obst, Stück ; 1 BE / 100g

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, wie es den Kindern geschmeckt hat.

Speiseplanänderungen vorbehalten. Genannte Stückzahlen sind ungefähre Angaben.

Ihr Speiseplan im Internet: <https://www.biond.de/sp/helenental>



Alle Lebensmittel stammen aus ökologischer Erzeugung. Ausnahme: Fisch stammt grundsätzlich aus Wildfang. | Inhaltsstoffe und Allergene: (2a) Gluten-Weizen, (2b) Gluten-Roggen, (2c) Gluten-Gerste, (2d) Gluten-Hafer, (2e) Gluten-Dinkel, (2f) Gluten-Kamut, (3) Krebstiere, (4) Ei, (5) Fisch (kann Gräten enthalten), (6) Erdnüsse, (7) Soja, (8) Milch/Laktose, (9a) Haselnuss, (9b) Walnuss, (9c) Mandel, (9d) Cashewnuss, (9e) Pistazie, (10) Sellerie, (11) Senf, (12) Sesam, (13) Schwefeldioxid/Sulfide, (14) Lupinen. Gluten, Erdnüsse und Schalenfrüchte können immer in Spuren enthalten sein. DE ÖKO 007
Details: www.biond.de/daten/allergene.pdf | biond GmbH | Otto-Hahn-Str. 5 | 34123 Kassel | geniessen@biond.de | Tel. 0561/500 456-10