

Phorms Schule Wöchentlicher Speiseplan KW43-26					
Tag	Menü	Healthy Benefit	Vegetarische Variante	Healthy Benefit	Snack
Montag, 19.10.2026	Pasta (1) mit Linsen-Tomatensauce (9) und frisch geriebenem Hartkäse (7)*		Pasta (1) mit Linsen-Tomatensauce (9) und frisch geriebenem Hartkäse (7)*		Obst*
Dienstag, 20.10.2026	Kartoffelgulasch (9) mit Sauerrahm Dip (7) und Brot (1)		Kartoffelgulasch (9) mit Sauerrahm Dip (7) und Brot (1)		Mini Croissants (1,3,7,*)
Mittwoch, 21.10.2026	Murgh Makhani - Ind. Butterchicken (7,9) mit Basmatreis		Vegan-Bites Makhani (7,9) mit Basamtireis		Kuchen (1,3,7,*)
Donnerstag, 22.10.2026	Cremige Käsespätzle (1,3,7) mit Schnittlauch und Röstzwiebel (1)		Cremige Käsespätzle (1,3,7) mit Schnittlauch und Röstzwiebel (1)		Foccacia (1,*) mit Dip (7)
Freitag, 23.10.2026	Gedämpftes Fischfilet* (4) auf Gemüsesugo mit Rosmarinkartoffeln		Falafel auf Gemüsesugo mit Rosmarinkartoffeln		Obst*

alle Speise sind in Bio-Qualität, wenn nicht anders gekennzeichnet

*)konventionell

Allergene

- 1) Gluten
- 2) Krebstiere
- 3) Eier
- 4) Fisch-MSC
- 5) Erdnüsse
- 6) Soja
- 7) Milch
- 8) Schalenfrüchte
- 9) Sellerie
- 10) Senf
- 11) Sesam
- 12) Schwefeldioxid
- 13) Lupinen
- 14) Weichtiere

Besondere Auslobungen

- a) Farbstoffe
- b) Konservierungsstoffe
- c) Antioxidationsmittel
- d) Säuerungsmittel
- e) Säureregulatoren
- f) Emulgatoren
- g) Stabilisatoren
- h) Verdickungsmittel

- R) Rind
- G) Geflügel
- S) Schwein

Weitere Hinweise

Paprika
Kokosnuss

Enthalten in folgenden Komponenten in dieser Woche

Wir sind mit dem silbernen Bio-Siegel zertifiziert und verwenden daher überwiegend Bio-Zutaten (50 - 89 %), wenn nicht anders gekennzeichnet.

***enthält konventionelle Zutaten**

Folgende Zutaten sind konventionell:

Fisch, Hartkäse, Obst, Mini Croissant, Kuchen, Focaccia,