

Speiseplan in Leichter Sprache

Allergene in **roter** Schrift

Vom 03.08.2026 bis 07.08.2026

KW 32

Montag 03.08.
Tages-Gericht



Lauch-Rahm-Gemüse (**8**)
mit Kartoffeln

Dienstag 04.08.
Tages-Gericht



Helgoländer Fischpfanne (**5, 8, 10, 11**)
mit Reis

Mittwoch 05.08.
Tages-Gericht



Möhren-Creme-Sauce (**8**)
mit Nudeln (**2a**)

Donnerstag 06.08.
Tages-Gericht



Mexikanische Süßkartoffel-Bohnen-Pfanne (**8, 10**)
mit 1 Brötchen (**2a, 2b, 2c, 2d, 12**)

Freitag 07.08.
Tages-Gericht



Wiener Würstchen
mit Kartoffelsalat (**an der Theke fragen**)



Infos zu Inhaltsstoffen und Allergenen finden Sie auf Seite 2 und 3

Allergene

Diese Info gehört zum Speiseplan.

Auf dem Speiseplan stehen **rote** Zahlen.

Die **roten** Zahlen stehen hinter den Zutaten vom Essen.

Die **roten** Zahlen zeigen:

In diesem Essen sind Allergene.

Allergene sind Stoffe, die Allergien auslösen können.

Jede Zahl steht für ein anderes Allergen.

Hier ist die Liste mit den Zahlen und den Allergenen:



Gluten aus (2a) Weizen, (2b) Roggen, (2c) Gerste, (2d) Hafer,
(2e) Dinkel, (2f) Kamut



(3) Krebs-Tiere



(4) Eier



(5) Fische



(6) Erdnüsse



(7) Soja



(8) Milch und Laktose

Laktose ist Milch-Zucker.

Sie ist in Milch und Milch-Produkten.



(9a) Haselnüsse, (9b) Walnüsse, (9c) Mandeln,
(9d) Cashewnüsse, (9e) Pistazien



(10) Sellerie



(11) Senf



(12) Sesam



(13) Schwefel-Dioxid und Sulfite

Das sind Zusatz-Stoffe im Essen.

Sie machen das Essen länger haltbar.



(14) Lupinen

Wichtiger Hinweis:



In allen Lebensmitteln können kleine Reste sein von:

-  Gluten
-  Erdnüssen
-  Nüsse

Das kann passieren, weil verschiedene Lebensmittel
in derselben Fabrik hergestellt werden.

Oder weil sie im gleichen Lager gelagert werden.

Wichtige Info



Alle Lebensmittel kommen aus ökologischer Erzeugung.

Ökologisch heißt: Die Lebensmittel sind Bio.



Der Fisch kommt immer aus Wild-Fang.

Der Fisch ist aus dem Meer oder aus Flüssen.