

Speiseplan

Westendschule - Hort, Februar 2026 GLUTENFREI / ALLERGIKER

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.02.2026 Glutenfreie Penne Linsenbolognese Romanasalat Obstauswahl	03.02.2026 Mehlierter Seelachs ^(D) Ketchup Kartoffeln Romanesco Obstauswahl	04.02.2026 Griechische weiße Bohnen in mediterraner Tomatensoße und gegrilltes Gemüse Glutenfreie Couscous Gemüsesticks Glutenfreies-Muffin ^(A, C)	05.02.2026 Hähnchen geschnetzelte ^(L) Basmatreis Romanesco Obstauswahl	06.02.2026 Kartoffel-Cremesuppe 2 Cevapcici glutenfreies Brötchen Gemüsesticks Obstauswahl
Vollkorn Penne ^(A) Linsenbolognese (Linsen Curry) Romanasalat Obstauswahl (ohne)	Fisch Nuggets ^(A, C, D) Remouladensoße ^(C, F) (Mayonnaise)^(C) Kartoffeln Romanesco Obstauswahl (ohne)	Mediterraner Tomatensoße (Champignonsoße) mit gegrilltem Gemüse Couscous Gemüsesticks Obstauswahl (ohne)	Hähnchen geschnetzelte Quinoa Romanesco Obstauswahl (ohne)	Brokkoli-Cremesuppe 2 Würstchen ^(A, C, F) Vollkorn Brötchen ^(A) Gemüsesticks Obstauswahl
09.02.2026 Hackbraten vom Rind und Pute Rahmsoße ^(L) Gluten Frei Ptitim Nudel ^(A) Blumenkohl Obstauswahl	10.02.2026 Glutenfreie Fusilli mit Petersilien-Soße Lachsstreifen ^(D) Gurkensalat Obstauswahl	11.02.2026 Putengulasch Glutenfreie Couscous Leipziger Allerlei Romanasalat Obstauswahl	12.02.2026 Gemüsebällchen Vollkorn Pita ^(A) Madbucha Israelischer Salat Schokopudding	13.01.2026 Gebratener Polenta Steak Kartoffelpüree Rahmspinat Kohlrabi Sticks Obstauswahl
Hackbraten vom Rind und Pute Rahmsoße Ptitim Nudel ^(A) Blumenkohl Obstauswahl (ohne)	Fusilli mit Petersilien-Soße Lachsstreifen ^(D) Gurkensalat Obstauswahl (ohne) (VEGETARISCHES MENÜ)	Putengulasch Couscous Leipziger Allerlei (Romanesco) Romanasalat Obstauswahl (ohne)	Falafel ^(A) Vollkorn Pita ^(A) Madbucha (Kräuter Dip) ^(A, C, F) Israelischer Salat (Gurken Salat) Schokopudding ^(F) mit Vanillesoße ^(F)	Rührei Kartoffelpüree Rahmspinat Kohlrabi Sticks Obstauswahl (Ohne)
16.02.2026 Guten frei Makkaroni mit Tomatensauce Gurkensalat Glutenfreier-kuchen	17.02.2026 Kabeljau-Filet ^(D) Kartoffelpüree Zitronensoße Blumenkohl Obstauswahl	18.02.2026 1 glutenfreies Brötchen Fleischburger Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Kartoffelecken, Ketchup ^(L) Obstauswahl	19.02.2026 Chili sin Carne Basmatreis Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl	20.02.2026 Hähnchenbrustfilet mit Bratenrahmsoße Glutenfreier Bulgur Brokkoli Obstauswahl
Makkaroni ^(A) mit Tomatensauce (Champignonsauce) Gurkensalat Karottenkuchen ^(A, C, F)	Kabeljau in Backteig ^(A) Kartoffelpüree Zitronensoße ^(F) Blumenkohl Obstauswahl (ohne) (VEGETARISCHES MENÜ)	Hamburger ^(A) zum selbst belegen Fleischburger Eisbergsalat, Tomaten (ohne) , Gurken, Kartoffelecken, Ketchup ^(L) (Mayonnaise)^(C) Obstauswahl (ohne)	Chili sin Carne (Asiatisch Gemüse Pfanne) Basmatreis Blattsalat mit Karottenstreifen (ohne) und Essig/Öl Obstauswahl (ohne)	Hähnchenbrustfilet mit Bratenrahmsoße ^(F, L) Bulgur ^(A) Brokkoli Obstauswahl (ohne)
23.02.2026 Glutenfreie Penne mit Linsenbolognese Rote-Bete-Salat Obstauswahl	24.02.2026 Fleischkäse (Pute, Rind) Rosmarinkartoffeln Krautsalat Ketchup ^(L) Obstauswahl	Hähnchenschenkel Bratensauce ^(L) Quinoa Gurkenscheiben Glutenfreier-Kuchen ^(C, F)	26.02.2026 Gebratene Tilapia ^(A, C, D) Curcuma Sauce Basmatreis Brokkoli Obstauswahl	27.02.2026 Maisbratlingen mit Tomatensoße Guten Frei Bulgur Romanesco Obstauswahl
Vollkorn Fusilli ^(A) mit Linsenbolognese (Linsen-Carry) Rote-Bete-Salat (Zucchini Salat) Obstauswahl (ohne)	Fleischkäse (Pute, Rind) Brötchen ^(A) Rosmarinkartoffeln Krautsalat Ketchup ^(L) Obstauswahl (Ohne)	Hähnchenschenkel Bratensauce ^(L) (Carry Soße) Quinoa Gurkenscheiben Vanillekuchen ^(A, C)	Paniert Tilapia ^(A, C, D) Curcuma Sauce ^(F) Basmatreis Brokkoli Obstauswahl (Ohne)	Maisbratlinge ^(A, C) mit Tomatensoße (Pilze Rahmsoße) Bulgur Romanesco Obstauswahl (Ohne)

Allergene:

A-Glutenhaltiges Getreide L-Sellerie
C-Eier M-Senf
D-Fisch N-Sesam
E-Erdnuss O-Sulfite
F-Soja P-Lupinen
H-Schalenfrüchte

█ Fructosearmes

█ Fischallergie

█ Glutenfrei

█ Allergiker

soHAR'S

Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt

Änderungen vorbehalten

Für Allergiker werden die Rezepturen der Gerichte individuell abgeleitet und soweit es möglich ist, dem Speiseplan angepasst.
Wir verarbeiten, wenn möglich, saisonale, regionale und frische Produkte.
Laut Lieferanten können die Spuren von Allergenen nicht ausgeschlossen werden.

Wasser als Getränk steht an der Mensa zur Verfügung