

<div><div><div></div><div>Speiseplan</div></div><div>Westendschule - Hort, Februar 2026 <b>GLUTENFREI</b> / <b>ALLERGIKER</b></div></div>				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.02.2026	03.02.2026	04.02.2026	05.02.2026	06.02.2026
Glutenfreie Penne Linsenbolognese Romanasalat Obstauswahl	Mehlierter Seelachs <sup>(D)</sup> Ketchup Kartoffeln Romanesco Obstauswahl	Griechische weiße Bohnen in mediterraner Tomatensoße und gegrilltes Gemüse Glutenfreie Couscous Gemüsesticks Glutenfreies-Muffin <sup>(A, C)</sup>	Hähnchen geschnetzelte <sup>(L)</sup> Basmatireis Romanesco Obstauswahl	Kartoffel-Cremesuppe 2 Cevapcici glutenfreies Brötchen Gemüsesticks Obstauswahl
Vollkorn Penne <sup>(A)</sup> Linsenbolognese (Linsen Curry) Romanasalat Obstauswahl (ohne)	Fisch Nuggets <sup>(A, C, D)</sup> Remouladensoße <sup>(C, F)</sup> (Mayonnaise) <sup>(C)</sup> Kartoffeln Romanesco Obstauswahl (ohne)	Mediterraner Tomatensoße (Champignonsoße) mit gegrilltem Gemüse Couscous Gemüsesticks Obstauswahl (ohne)	Hähnchen geschnetzelte Quinoa Romanesco Obstauswahl (ohne)	Brokkoli-Cremesuppe 2 Würstchen <sup>(A, C, F)</sup> Vollkorn Brötchen <sup>(A)</sup> Gemüsesticks Obstauswahl
09.02.2026	10.02.2026	11.02.2026	12.02.2026	13.01.2026
Hackbraten vom Rind und Pute Rahmsoße <sup>(L)</sup> Gluten Frei Ptitim Nudel <sup>(A)</sup> Blumenkohl Obstauswahl	Glutenfreie Fusilli mit Petersilien-Soße Lachsstreifen <sup>(D)</sup> Gurkensalat Obstauswahl	Putengulasch Glutenfreie Couscous Leipziger Allerlei Romanasalat Obstauswahl	Gemüsebällchen Vollkorn Pita <sup>(A)</sup> Madbucha Israelischer Salat Schokopudding	Gebratener Polenta Steak Kartoffelpüree Rahmspinat Kohlrabi Sticks Obstauswahl
Hackbraten vom Rind und Pute Rahmsoße Ptitim Nudel <sup>(A)</sup> Blumenkohl Obstauswahl (ohne)	Fusilli mit Petersilien-Soße Lachsstreifen <sup>(D)</sup> Gurkensalat Obstauswahl (ohne) (VEGETARISCHES MENÜ)	Putengulasch Couscous Leipziger Allerlei (Romanesco) Romanasalat Obstauswahl (ohne)	Falafel <sup>(A)</sup> Vollkorn Pita <sup>(A)</sup> Madbucha (Kräuter Dip) <sup>(A, C, F)</sup> Israelischer Salat (Gurken Salat) Schokopudding <sup>(F)</sup> mit Vanillesoße <sup>(F)</sup>	Rührei Kartoffelpüree Rahmspinat Kohlrabi Sticks Obstauswahl (Ohne)
16.02.2026	17.02.2026	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026
Guten frei Makkaroni mit Tomatensauce Gurkensalat Glutenfreier-kuchen	Kabeljau-Filet <sup>(D)</sup> Kartoffelpüree Zitronensoße Blumenkohl Obstauswahl	1 glutenfreies Brötchen Fleischburger Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Kartoffelecken, Ketchup <sup>(L)</sup> Obstauswahl	Chili sin Carne Basmatireis Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl	Hähnchenbrustfilet mit Bratenrahmsoße Glutenfreier Bulgur Brokkoli Obstauswahl
Makkaroni <sup>(A)</sup> mit Tomatensauce (Champignonsauce) Gurkensalat Karottenkuchen <sup>(A, C, F)</sup>	Kabeljau in Backteig <sup>(A)</sup> Kartoffelpüree Zitronensoße <sup>(F)</sup> Blumenkohl Obstauswahl (ohne) (VEGETARISCHES MENÜ)	Hamburger <sup>(A)</sup> zum selbst belegen Fleischburger Eisbergsalat, Tomaten (ohne), Gurken, Kartoffelecken, Ketchup <sup>(L)</sup> (Mayonnaise) <sup>(C)</sup> Obstauswahl (ohne)	Chili sin Carne (Asiatisch Gemüse Pfanne) Basmatireis Blattsalat mit Karottenstreifen(ohne) und Essig/Öl Obstauswahl (ohne)	Hähnchenbrustfilet mit Bratenrahmsoße <sup>(F, L)</sup> Bulgur <sup>(A)</sup> Brokkoli Obstauswahl (ohne)
23.02.2026	24.02.2026	25.02.2026	26.02.2026	27.02.2026
Glutenfreie Penne mit Linsenbolognese Rote-Bete-Salat Obstauswahl	Fleischkäse (Pute, Rind) Rosmarinkartoffeln Krautsalat Ketchup <sup>(L)</sup> Obstauswahl	Hähnchenschenkel Bratensauce <sup>(L)</sup> Quinoa Gurkenscheiben Glutenfreier-Kuchen <sup>(C, F)</sup>	Gebratene Tilapia <sup>(A, C, D)</sup> Curcuma Sauce Basmatireis Brokkoli Obstauswahl	Maisbratlingen mit Tomatensoße Guten Frei Bulgur Romanesco Obstauswahl
Vollkorn Fusilli <sup>(A)</sup> mit Linsenbolognese (Linsen-Carry) Rote-Bete-Salat (Zucchini Salat) Obstauswahl (ohne)	Fleischkäse (Pute, Rind) Brötchen <sup>(A)</sup> Rosmarinkartoffeln Krautsalat Ketchup <sup>(L)</sup> Obstauswahl (Ohne)	Hähnchenschenkel Bratensauce <sup>(L)</sup> (Carry Soße) Quinoa Gurkenscheiben Vanillekuchen <sup>(A, C)</sup>	Paniert Tilapia <sup>(A, C, D)</sup> Curcuma Sauce <sup>(F)</sup> Basmatireis Brokkoli Obstauswahl (Ohne)	Maisbratlinge <sup>(A, C)</sup> 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

SONAR'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