








# Speiseplan

Hort- und Grundschule, April 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		01.04.2026	02.04.2026	03.04.2026
				
06.04.2026	07.04.2026	08.04.2026	09.04.2026	10.04.2026
				
13.04.2026	14.04.2026	15.04.2026	16.04.2026	17.04.2026
Bio-Vollkorn-Spaghetti <sup>(A)</sup> Rinderbolognese Karottensalat Obstauswahl	Tilapia in Backteig <sup>(A)</sup> Kartoffelpüree Rahmspinat <sup>(F)</sup> Obstauswahl	Putengeschnetzeltes <sup>(L)</sup> Quinoa Maiskolben Paprika Sticks Obstauswahl	Falafel <sup>(A)</sup> Madbucha Hummus <sup>(N)</sup> Vollkorn Pitas <sup>(A, F)</sup> Israelischer Salat Schokopudding <sup>(F)</sup> mit Vanillesoße <sup>(F)</sup>	Linsenbratlinge <sup>(A, C, M)</sup> Rahmsoße <sup>(F, L)</sup> Bulgur <sup>(A)</sup> Paprika Sticks Obst
Bio-Vollkorn-Spaghetti <sup>(A)</sup> Linsensbolognese Karottensalat Obstauswahl	Tofu Schnitzel <sup>(A, C, L)</sup> Kartoffelpüree Rahmspinat <sup>(F)</sup> Obstauswahl	Sojagulasch <sup>(F, L)</sup> Quinoa Maiskolben Paprika Sticks Obstauswahl	Falafel <sup>(A)</sup> Madbucha Hummus <sup>(N)</sup> Vollkorn Pitas <sup>(A, F)</sup> Israelischer Salat Schokopudding <sup>(F)</sup> mit Vanillesoße <sup>(F)</sup>	Linsenbratline in Rahmsoße Bulgur <sup>(A)</sup> Paprika Sticks Obstauswahl
20.04.2026	21.04.2026	22.04.2026	23.04.2026	24.04.2026
Penne <sup>(A)</sup> mit Linsensbolognese Blattsalat mit Karottenstreifen Eis am Stiel	Hähnchenschenkel mit Bratensauce <sup>(L)</sup> Couscous Gurkenscheiben Obstauswahl	Hamburger zum selbst belegen Rinderburger mit Vollkornbrötchen <sup>(A, C)</sup> Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Hausgemachte Kartoffelecken, Ketchup <sup>(L)</sup> Obstauswahl	Fischstäbchen <sup>(A, C, D)</sup> Remouladensoße <sup>(C, F)</sup> Bio-Reis Rahmspinat <sup>(F)</sup> Obstauswahl	Veganes Paprikagulasch <sup>(A, F)</sup> (mit Kichererbsen) Quinoa Brokkoli Karotten Sticks Obstauswahl
Penne <sup>(A)</sup> mit Linsensbolognese Blattsalat mit Karottenstreifen Eis am Stiel	Haferflocken-Bällchen <sup>(A, C)</sup> mit Bratensauce <sup>(L)</sup> Couscous Gurkenscheiben Obstauswahl	Hamburger zum selbst belegen Veggieburger <sup>(A, C)</sup> mit Vollkornbrötchen <sup>(A, C)</sup> Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Hausgemachte Kartoffelecken, Ketchup <sup>(L)</sup> Obstauswahl	Panierte Tofustäbchen <sup>(A, C)</sup> Remouladensoße <sup>(C, F)</sup> Bio-Reis Rahmspinat <sup>(F)</sup> Obstauswahl	Veganes Paprikagulasch <sup>(A, F)</sup> (mit Kichererbsen) Quinoa Brokkoli Karotten Sticks Obstauswahl
27.04.2026	29.04.2026	29.04.2026	30.04.2026	
Fusilli <sup>(A)</sup> mit Petersilien-Soße <sup>(F)</sup> Lachsstreifen <sup>(D)</sup> Gurkensalat Obstauswahl	Chili sin Carne Bio-Basmatireis Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl	Hähnchenbrustfilet mit Bratenrahmsoße <sup>(F, L)</sup> Bulgur <sup>(A)</sup> Brokkoli Obstauswahl	Putenschwarma 2 Pita <sup>(A)</sup> Tahinisoße <sup>(N)</sup> , Madbucha Israelischer Salat Mango Sorbet	
Fusilli <sup>(A)</sup> Mit Petersilien- Bohnen-Soße <sup>(F)</sup> gebratene Pilze Gurkensalat Obstauswahl	Chili sin Carne Bio-Basmatireis Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl	Gebratene Polenta mit veganer Rahmsoße <sup>(F, L)</sup> Bulgur <sup>(A)</sup> Brokkoli Obstauswahl	Gemüse-Bohnen-Schwarma 2 Pita <sup>(A)</sup> Tahinisoße <sup>(N)</sup> , Madbucha Israelischer Salat Mango Sorbet	

## Zusatzstoffe:

<sup>1</sup> Enthält Natriumsulfit

## Allergene:

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

■ Vegetarische  
\*nur mit  
Vorankündigung

# SONAR'S

Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt  
Wasser als Getränk steht an der Mensa zur Verfügung

## 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.