

Hort- und Grundschule, August 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10.08.2026	11.08.2026	12.08.2026	13.08.2026	14.08.2026
Bio-Vollkorn-Spaghetti ^(A) Rinderbolognese Karottensalat Obstauswahl	Fischstäbchen ^(A, C, D) Remouladensoße ^(C, F) Kartoffelpüree Erbsen Obstauswahl	Putengeschnetzeltes ^(L) Quinoa Maiskolben Blattsalat mit Karottenstreifen Obstauswahl	Falafel ^(A) Madbucha Vollkorn Pitas ^(A, F) Israelischer Salat Schokopudding ^(F) mit Vanillesoße ^(F)	Thai-curry ^(A, F) (mit Kichererbsen) Bio-Reis Brokkoli Frische Gemüsesticks Obstauswahl
Bio-Vollkorn-Spaghetti ^(A) Linsenbolognese Karottensalat Obstauswahl	Panierte Tofustäbchen ^(A, C) Remouladensoße ^(C, F) Kartoffelpüree Erbsen Obstauswahl	Sojagulasch ^(F, L) Quinoa Maiskolben Blattsalat mit Karottenstreifen Obstauswahl	Falafel ^(A) Madbucha Hummus ^(N) Vollkorn Pitas ^(A, F) Israelischer Salat Schokopudding ^(F) mit Vanillesoße ^(F)	Thai-curry ^(A, F) Bio-Reis Brokkoli Frische Gemüsesticks Obstauswahl
17.08.2026	18.08.2026	19.08.2026	20.08.2026	21.08.2026
Fusilli ^(A) mit Basilikum Pesto ^(C, F) Tomatensalat Eis am Stiel	Hähnchenschenkel mit Bratensauce ^(L) Couscous Prinzessen Bohnen Obstauswahl	Hamburger zum selbst belegen Brötchen ^(A, C) Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Hausgemachte Kartoffelecken, Ketchup ^(L) Obstauswahl	Tilapia in Back Teig ^(A, D) Vollkornreis Rahmspinat ^(F) Paprika Sticks Obstauswahl	Linsenbratlinge ^(A, C, M) Rahmsoße ^(F, L) Bulgur ^(A) Gurkensalat Obstauswahl
Fusilli ^(A) mit Basilikum Pesto ^(C, F) Tomatensalat Eis am Stiel	Haferflocken-Bällchen ^(A, C) mit Bratensauce ^(L) Couscous Prinzessen Bohnen Obstauswahl	Hamburger zum selbst belegen Veggieburger ^(A, C) mit Brötchen ^(A, C) Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Hausgemachte Kartoffelecken, Ketchup ^(L) Obstauswahl	Tofu Steak in Back Teig ^(F, A) Vollkornreis Rahmspinat ^(F) Paprika Sticks Obstauswahl	Linsenbratlinge ^(A, C, M) Rahmsoße ^(F, L) Bulgur ^(A) Gurkensalat Obstauswahl
24.08.2026	25.08.2026	26.08.2026	27.08.2026	28.08.2026
Penne ^(A) mit Linsenbolognese Frische Gemüsesticks Obstauswahl	Chili sin Carne Bio-Basmatireis Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl	Hähnchenbrustfilet mit Bratenrahmsoße ^(F, L) Bulgur ^(A) Brokkoli Obstauswahl	Putenschwarma 2 Pita ^(A) Tahinisoße ^(N) , Madbucha Israelischer Salat Mango Sorbet	Paniertes Kabeljau-Filet ^(A, D) Grüne soße Rosmarin Kartoffel Paprika Sticks Obstauswahl
Penne ^(A) mit Linsenbolognese Frische Gemüsesticks Obstauswahl	Chili sin Carne Bio-Basmatireis Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl	Gebratene Polenta mit veganer Rahmsoße ^(F, L) Bulgur ^(A) Brokkoli Obstauswahl	Gemüse-Bohnen-Schwarma 2 Pita ^(A) Tahinisoße ^(N) , Madbucha Israelischer Salat Mango Sorbet	Panierter Tofu ^(A, F,) Grüne soße Rosmarin Kartoffel Paprika Sticks Obstauswahl

Zusatzstoffe:

¹ 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
Voranmeldung

*nur mit

Voranmeldung

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.