

Speiseplan OGTS KW 4

	Essen	Vegetarische Alternative	Allergieessen	Nachtsch
<u>Montag</u> 19.01.2026	Kartoffel-Spinatsuppe (G)		Kartoffeleintopf (Laktosefrei)	Zwieback (Milch und Milchderivate, Glutenhaltige Cerealien und ihre Derivate, Sojabohne und Sojabohnenderivate)
<u>Dienstag</u> 20.01.2026	Gemüsemaultaschen (A, A1, C, G, L, M, N) Cornichons (Senf- und Senfderivate)		Bio Rigatoni (Gluten- und Laktosefrei) Tomatensoße (L, M, N) (Gluten- und Laktosefrei)	Obst
<u>Mittwoch</u> 21.01.2026	Puten Cevapcici Djuvec Reis Tzatziki (Eier und Eiderivate, Milch und Milchderivate, Senf und Senfderivate) Krautsalat	Veg. Röllchen (A, A1, C, G)		Obst
<u>Donnerstag</u> 22.01.2026	Alaska Seelachsfilet (A, A1, D) Béchamelkartoffeln (G) Gurkensalat (Milch und Milchderivate)	Plant based Fischfrikadellen (A, A1, M)	Gegrilltes Alaska Seelachsfilet (D) (Gluten- und Laktosefrei) Bratkartoffeln (Laktosefrei)	Obst
<u>Freitag</u> 23.01.2026	Chili con Carne Toast (Glutenhaltige Cerialien und ihre Derivate)	Chili sin Carne		Obst

Die Liste der Allergene und Zusatzstoffe finden Sie unter:

<https://www.ggs-gartenstadt.de/wp-content/uploads/2025/06/Allergenkennzeichnung-Hofmann.pdf>