

März 2026

Johanna-Gerdes-Grundschule

Kalenderwoche 10 - 2.3. bis 6.3.2026

Montag 2.3.26	Dienstag 3.3.26	Mittwoch 4.3.2026	Donnerstag 5.3.26	Freitag 6.3.26
<b>Vegetarischer Gulasch</b> (aw,g,i) aus BIO-Kartoffeln, BIO-Paprika dazu BIO-Schmand-Dip (g)	<b>Pichelsteiner-Eintopf</b> (a,g,i) mit BIO-Kartoffeln, BIO-Wirsing, BIO-Bohnen und BIO-Möhren	<b>Vegetarische Bällchen</b> (aw,c,f,g,i,j,k) mit Letschogemüse (a,g,i) aus BIO-Paprika, BIO-Tomate und BIO-Zwiebel	<b>Ragout aus Sojahack</b> (a,g,f,i) mit BIO-Tomaten dazu geriebener BIO-Gouda-Käse (g)	<b>Fisch-Korma mit See- und Wildlachs</b> (F,a,g,d) in Gemüsesoße (a,g,i) aus BIO-Möhrrchen, BIO-Erbesen und BIO-Tomaten
BIO-Backware (aw,ar,g,h,i,k)	BIO-Backware (aw,ar,g,h,i,k)	BIO-Langkornreis (FT)	BIO-Vollkornnudeln (a)	BIO-Langkornreis (FT)
				<b>Chili-Sin-Carne</b> (a,g,h,i,m) aus BIO-Bohnen, BIO-Mais, BIO-Paprika, BIO-Tomaten, BIO-Zwiebeln
				BIO-Langkornreis (FT)
BIO-Tagesobst	BIO-Rohkostsalat	BIO-Joghurt (g) mit Birnen	BIO-Quark (g) mit Früchten	BIO-Tagesobst

Kalenderwoche 11 - 9.3. bis 13.3.2026

Montag 9.3.26	Dienstag 10.3.26	Mittwoch 11.3.2026	Donnerstag 12.3.26	Freitag 13.2.26
<b>Tomaten-Oregano-Sugo</b> (a,g,i) aus BIO-Tomate, BIO-Zwiebel und BIO-Sellerie (i)	<b>Rahmgeschnetzeltes</b> (a,g,i) mit BIO-Wurzelgemüse und <b>BIO-Rindfleisch</b> (R)	<i>Vorsuppe:</i> Feines Cremesüppchen (aw,g,i) aus BIO-Broccoli		<b>Fisch-Nuggets</b> aus Seelachs (F,aw,c,d,f,g,i,k) mit fruchtiger Curry-Ketchup-Soße (a,g,i,j)
BIO-Nudeln (aw)	BIO-Salzkartoffeln	<b>Pancakes</b> (a,c,f,g,h,i) mit BIO-Apfelmus		BIO-Erbesen
	<b>Basilikum-Quark</b> (g,i) mit BIO-Tomate dazu Leinöl		<b>Indischer Linsen-Eintopf "Dal"</b> mit roten Linsen (aw,f,i), BIO-Süßkartoffeln, BIO-Cherrytomaten	<b>Gemüse-Nuggets</b> (aw,c,d,f,g,i,k) mit fruchtiger Curry-Ketchup-Soße (a,g,i,j)
	BIO-Salzkartoffeln		BIO-Vollkornbrot (aw,ar,g,h,i,k)	BIO-Erbesen
BIO-Tagesobst	BIO-Joghurt (g) mit Kirschen	BIO-Rohkostsalat	BIO-Pudding (g) mit Schoko(g,h)	BIO-Langkornreis (FT)
				BIO-Tagesobst

März 2026

Johanna-Gerdes-Grundschule

Kalenderwoche 12 - 16.3. bis 20.3.2026

Montag 16.3.26	Dienstag 17.3.26	Mittwoch 18.3.26	Donnerstag 19.3.26	Freitag 20.3.26
<b>Linsen-Bolognese</b> (aw,c,g,h,i,m) mit BIO-Tomaten, und BIO-Sellerie (i)	<b>Hähnchen-Gulasch</b> (G,e,a,g,i) mit BIO- Champignons, BIO-Zwiebeln, BIO-Sellerie (i) und BIO-Erbsen	<b>Falafel-Bällchen</b> (a,c,g,f,i,j,k) dazu Joghurt-Dill-Dip (g,i)	<b>Deftiger Linsen-Eintopf</b> (a,g,i) mit braunen Linsen und BIO-Wurzelgemüse	Gratinierte <b>Kartoffel- Gnocchi in Sahnesoße</b> (aw,c,g,i) mit BIO-Spinat
BIO-Nudeln (aw)	BIO-Stampfkartoffeln (g)	BIO-Broccoli	BIO-Vollkornbrot (aw,ar,g,h,i,k)	
	<b>Eier-Senf-Ragout</b> (a,c,g,i,j) mit BIO-Erbsen und BIO-Karotten			
	BIO-Stampfkartoffeln (g)			
BIO-Tagesobst	BIO-Rohkostsalat	BIO-Joghurt (g) mit Mango	BIO-Pudding (g) mit Vanille (g,h)	BIO-Tagesobst

Kalenderwoche 13 - 23.3. bis 27.3.2026

Montag 23.3.26	Dienstag 24.3.26	Mittwoch 25.3.26	Donnerstag 26.3.26	Freitag 27.3.26
<b>Frikassee vom Räuchertofu</b> (a,c,f,g,i,j) mit BIO-Möhrrchen, BIO- Champignons und BIO-Erbsen	<b>Ragout "Bolognese-Art"</b> (a,g,i) mit <b>BIO-Rinderhack</b> (R) und BIO-Tomaten dazu geriebener BIO-Gouda-Käse (g)	<i>Vorsuppe:</i> Feines Cremesüppchen (aw,g,i) aus BIO-Tomaten	<b>Gemüwestreifen in Süß-Sauer-Soße</b> (aw,g,i) aus BIO-Paprika, BIO-Karotten und BIO-Lauch	<b>Klassischer Kartoffel- Eintopf</b> (a,g,i) aus BIO-Kartoffeln und BIO-Porree
BIO-Langkornreis (FT)	BIO-Nudeln (aw)	<b>BIO-Grießbrei</b> (a,g,h) mit Erdbeersoße (a,g,h,i)	BIO-Vollkornnudeln (a)	BIO-Backware (aw,ar,g,h,i,k)
	<b>Ratatouille</b> (a,g,i) aus BIO-Zucchini, BIO- Aubergine, BIO-Tomate, BIO-Paprika, BIO-Zwiebel			
	BIO-Nudeln (aw)			
BIO-Tagesobst	BIO-Joghurt (g) mit Pfirsich BIO-Knabbergemüse	BIO-Rohkostsalat	BIO-Pudding (g) mit Schoko(g,h)	BIO-Tagesobst