

# Speiseplan für März 2026

## Montag den 02.03.

### Menü 1:

Hähnchencurry (Kokos, Ananas, Paprika)  
mit Bio-Basmatireis (100% Bio)

### Menü 2:

Nudeln mit Tomate-Basilikum-Füllung (Fagottini),  
dazu Tomatensauce und Grana Padano<sub>2</sub>

## Dienstag den 03.03.

Chinakohl-Mais-Salat<sub>3</sub>

### Menü 1:

Spätzle-Erbсен-Auflauf mit Kräutersauce<sub>3</sub>

### Menü 2:

Tomatencremesuppe mit Reiseinlage Bio<sub>3</sub>

## Mittwoch den 04.03.

Salat mit Mangodressing<sub>3</sub>

### Menü 1:

Gnocchi-Auflauf mit Gemüse (Tomatensauce, Karotte, Zucchini) (100% Bio)<sub>3</sub>

### Menü 2:

Vegetarischer Burger mit einem Brötchen,  
Gemüsefrikadelle (Karotten, Sellerie, Poree), Tomaten, Salat,  
Gewürzgurken und Burgersauce, dazu Kartoffelecken<sub>1, 2, 3, 5, 8, 9</sub>

## Donnerstag den 05.03.

Knabbermöhrrchen

### Menü 1:

Bio-Vollkorn-Spaghetti  
mit vegetarischer Bolognese (Gerste), dazu Reibekäse<sub>3</sub>

### Menü 2:

Spinat-Lasagne (100% Bio)

## Freitag den 06.03.

### Menü 1:

Hähnchenschnitzel mit Erbsenrahmgemüse, dazu Kartoffelecken<sub>3, 5</sub>

### Menü 2:

Spaghetti mit Brokkoli-Sahne-Sauce und Reibekäse (100% Bio)

#### ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanus	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

#### ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

**Montag den 09.03.**

**Menü 1:**

Makkaroni-Bolognese-Auflauf (Rind)  
mit Tomatensauce und Käse überbacken (100% Bio)

**Menü 2:**

Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung,  
dazu Rosenkohl in Kräuterrahmsauce<sup>3</sup>

**Dienstag den 10.03.**

Salat mit Honig-Vinaigrette<sup>3</sup>

**Menü 1:**

Bio-Spaghetti mit Carbonarasauce von der Pute,  
dazu Grana Padano<sup>2, 3, 4</sup>

**Menü 2:**

Brokkolicremesuppe  
mit einer Scheibe Vollkornbrot (100% Bio)

**Mittwoch den 11.03.**

Knabbergurken

**Menü 1:**

Hähnchen-Nuggets mit Süß-Sauer-Sauce und Kartoffelecken<sup>2, 3, 5</sup>

**Menü 2:**

Spirelli-Kürbis-Auflauf mit Kürbissahnesauce (100% Bio)<sup>3</sup>

**Donnerstag den 12.03.**

**Menü 1:**

Türkische Linsensuppe mit Fladenbrot

**Menü 2:**

Vegetarische Bolognese (Sonnenblumenkerne, Karotte, Sellerie)  
mit Farfalle und Reibekäse (100% Bio)

**Freitag den 13.03.**

Apfel-Karottensalat<sup>3</sup>

**Menü 1:**

Eine Geflügelbratwurst mit Bratensauce,  
dazu grüne Bohnen und Kartoffelpüree<sup>1, 3</sup>

**Menü 2:**

Bulgur mit Gemüsegulasch  
(Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, Tomate) (100 % Bio)

**ALLERGENE STOFFE**

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

**ZUSATZSTOFFE**

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

**Montag den 16.03.**

**Menü 1:**

Putengyros (Zwiebel)  
mit Bio-Reis und Tzatziki

**Menü 2:**

Schupfnudeln mit Rahmspinat und Ei<sub>2</sub>

**Dienstag den 17.03.**

cremiger Farmer Salat (Weißkraut, Karotte)<sub>2,3</sub>

**Menü 1:**

Crunchy Chicken Burger mit Burgerbrötchen, Tomaten, Salat  
und Ketchup, dazu Kartoffelecken<sub>2,3,5</sub>

**Menü 2:**

Vegetarische Ravioli (Tomate, Karotte, Pastinake),  
dazu Käsesauce und Reibekäse (100% Bio)

**Mittwoch den 18.03.**

Salat mit Himbeer-Dressing

**Menü 1:**

Makkaroni-Hackfleisch Auflauf (Rind) Bio

**Menü 2:**

Vegetarisches Curry (Paprika, Ananas und veggie Hähnchen),  
dazu Basmatireis (100% Bio)

**Donnerstag den 19.03.**

Knabbergemüse (Kohlrabi)

**Menü 1:**

Hähnchencurry (Kokos, Ananas, Paprika)  
mit Bio-Basmatireis<sub>4</sub>

**Menü 2:**

Kürbis-Kartoffel-Auflauf (100% Bio)<sub>3</sub>

**Freitag den 20.03.**

**Menü 1:**

Fischstäbchen  
mit Kartoffelpüree und Remoulade<sub>1,3,9</sub>

**Menü 2:**

Gemüse-Lasagne  
(Karotte, Kohlrabi, Zucchini) (100% Bio)<sub>3</sub>

**ALLERGENE STOFFE**

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

**ZUSATZSTOFFE**

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

**Montag den 23.03.**

**Menü 1:**

Hähnchenschenkel mit Ketchup,  
dazu Bio-Reis

**Menü 2:**

Eier-Omelette mit Baked Beans (weiße Bohnen in Tomatensauce),  
dazu Kartoffeln<sub>3</sub>

**Dienstag den 24.03.**

Gurkensalat Essig-Öl-Dressing<sub>3</sub>

**Menü 1:**

Hackbällchen (Geflügel) mit Tomatensauce,  
dazu Spaghetti (100% Bio)

**Menü 2:**

Bunter Gemüseeintopf (Kartoffel, Karotte, Zucchini, Lauch),  
dazu Bauernbrot (100% Bio)<sub>3</sub>

**Mittwoch den 25.03.**

Knabbermöhrrchen

**Menü 1:**

Hähnchenbrustfilet natur mit heller Rahmsauce,  
dazu Reis

**Menü 2:**

Käse-Makkaroni, dazu Erbsengemüse (100 % Bio)

**Donnerstag den 26.03.**

**Menü 1:**

Geflügelfrikadelle mit Bratensauce,  
dazu Bio-Reis<sub>3</sub>

**Menü 2:**

Brokkoli-Blumenkohl-Rahmgemüse  
mit Spätzle (100% Bio)

**Freitag den 27.03.**

Salat mit Joghurtdressing<sub>3</sub>

**Menü 1:**

Gebackenes Seelachsfilet mit Salzkartoffeln, dazu Rahmspinat

**Menü 2:**

Semmelknödel mit vegetarischem Geschnetzelten (Erbsenprotein)  
Züricher Art (mit Champignons) (100% Bio)

**ALLERGENE STOFFE**

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

**ZUSATZSTOFFE**

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß



### Montag den 30.03.

#### Menü 1:

Hühnerfrikassee mit Möhrengemüse, dazu Reis (100% Bio)

#### Menü 2:

Überbackener Vegetarischer Maultaschenauflauf  
mit Tomatensauce

### Dienstag den 31.03.

#### Maissalat<sub>3</sub>

#### Menü 1:

Linsen-Gemüsecurry  
(Karotten, Brokkoli, Sellerie)  
dazu Bio-Reis

#### Menü 2:

Nudelsuppe mit Gemüse  
(Karotte, Sellerie, Lauch)  
dazu Bauernbrot (100% Bio)<sub>3</sub>

#### ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

#### ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß