

LUNA SPEISEPLAN FEBRUAR

GRUNDSCHULE AM STADTPARK STEGLITZ

Montag – 02.02.2026

Winterferien bis zum 06.02.2025

Geflügelfrikassee ^{gw m}
(Putengeschnetzeltes, Möhren, Porree,
Champignons, Erbsen)
mit Reis ^{g sm}

Gratinierter Kartoffel-Gemüseauflauf ^{gw m}
(Möhren, Porree) mit Sahnesoße ^{gw m}

Obst
Knabbergemüse

Dienstag – 03.02.2026

Schlemmerfilet Bordelaise ^{f gw m} (Seelachs)
mit Kartoffeln und Kräuterdip ^m,
dazu Gurkensalat mit frischem Dill

Gemüse-Maultaschen ^{gw e m st sj sn}
(Möhren, Sellerie, Porree)
in Gemüsebrühe st

Gurkensalat mit frischem Dill
Obst

Mittwoch – 04.02.2026

Spinat-Vollkornnudelauf ^{f gw m sj sn e}
(Blattspinat, Bechamel, Goudakäse)
mit Tomatensoße

Gemüsecremesuppe ^{st m}
(Möhren, Blumenkohl, grüne Bohnen, Porree, Sahne)
mit Vollkornbrot ^{gr gg m sm sc st lu}

Obst
Knabbergemüse

Donnerstag – 05.02.2026

Rührei ^m mit Rahmspinat ^{gw m} und Kartoffeln,
dazu Tomatensalat

Tortellini ^{gw m sj sn} (Ricotta, Spinat)
mit Tomatensoße

Vanillejoghurt ^m
Knabbergemüse

Freitag – 06.02.2026

Vegetarisches Schnitzel ^{gw sj e m sc st sn sm} (Soja, Weizen)
mit Mascarpone-Möhren ^{m gw}
und Kartoffeln

Linseneintopf ^{st g sm}
(Braune Tellerlinsen, Kartoffeln, Möhren)
mit Saatenbrötchen ^{gw gr gh gg sm sj m sc}

Schokoladenpudding ^m
Knabbergemüse

Montag – 09.02.2026

Farfalle ^{gw sj sn e} (Schmetterlingsnudeln)
mit Tomatensoße ^m
und Gemüsesticks

Tomatensuppe
mit feinen Gemüsestreifen ^m (Möhren, Zucchini)
und gerösteten Croutons ^{gw sm}

Obst
Knabbergemüse

Dienstag – 10.02.2026

Rinderbulette ^{gw e sn m sj sc st}
mit Möhren-Erbsegemüse in Soße ^{gw m}
und Kartoffelpüree ^m

Kürbiscresmesuppe ^m
(Möhren, Kartoffeln, Orangensaft)
mit Sonnenblumenbrot ^{gr gw gd gg m sm st sc lu}

Orangenjoghurt ^m
Obst

Mittwoch – 11.02.2026

Lachs in Currysoße ^{f m gw} (Erbsen)
mit Vollkornreis ^{g sm}

Vollkornpenne ^{gw sj sn e} (Röhrennudeln)
mit Tomatenrahmsauce ^m,
dazu Gemüsesticks

Obst
Salatbuffet mit Sonnenblumenkernen ^{g sj sm}
und Dressing Sylter Art ^{m sn}

Donnerstag – 12.02.2026

Kartoffeln mit Kräuterquark ^m,
dazu Gurkensalat mit frischem Dill

Vorsuppe: Brokkolicremesuppe ^m
Milchspeise aus Goldhirse ^{m g n sj sm}

Apfel-Bimbenkompott
Salatbuffet mit Sonnenblumenkernen ^{g sj sm}
und Dressing Sylter Art ^{m sn}

Freitag – 13.02.2026

Gemüse Nuggets ^{gw m}
(Mais, Möhren, Pastinaken, Erbsen, Romanesco, Brokkoli)
mit Kartoffelpüree ^m und Tomatensalsa

Mexikanische Gemüsepfanne ^{sj gw m sm sn}
(Sojaschnetzel, Tomaten, Mais, Kidneybohnen, grüne
Bohnen, Paprikas) mit Reis ^{g sm}

Zitronenquark ^m
Salatbuffet mit Sonnenblumenkernen ^{g sj sm}
und Dressing Sylter Art ^{m sn}

Montag – 16.02.2026

Falafel ^{gw e sj m sc st sn sm} (Kichererbsenbällchen)
mit griechischem Gurken-Joghurt-Dip ^m
und Gemüsecouscous ^{gw sj sn}
(Möhren, Porree, Paprikas, Zucchini)

Spirelli ^{gw sj sn e} (Spiralnudeln)
mit Champignonrahmsauce ^{gw m}
und frischer Petersilie

Obst
Knabbergemüse

Dienstag – 17.02.2026

Penne ^{gw sj sn e} (Röhrennudeln) mit Tomatensoße
und Geflügel-Köttbullar ^{gw e}
(Puten-/Hähnchenhackfleischbällchen),
dazu Gemüsesticks

Vorsuppe: Blumenkohlcremesuppe ^m
Grießbrei ^{m gw} mit Roter Grütze
(Johannis-, Him-, Brom-, Heidel-, Erdbeeren)

Berliner Pfannkuchen ^{gw m e sj sm}
Knabbergemüse



Mittwoch – 18.02.2026

Fisch Nuggets ^{gw f} (Kabeljau)
mit Kartoffeln, Kräuterdip ^m
und Gemüsesticks

Kichererbsen-Süßkartoffelpfanne ^{g sj sm}
(Paprikas, Möhren, Tomaten) mit Reis ^{g sm}

Obst
Salatbuffet mit Sesam ^{g sj sn}
und Joghurt-Kräuter-Dressing ^m

Donnerstag – 19.02.2026

Hausgemachter Tofutaler ^{sj gh gw e}
(Tofu, Möhren, Haferflocken, Eier)
mit Süßkartoffelstampf ^m
und buntem Gemüse in Soße ^{gw m}
(Brokkoli, Blumenkohl, Möhren)

Gnocchi-Gemüsepfanne ^{gw m sj sn}
(Tomaten, Champignons, Brokkoli, Erbsen, Mais, Sahne)

Apfel-Zimtquark ^m
Salatbuffet mit Sesam ^{g sj sn}
und Joghurt-Kräuter-Dressing ^m

Freitag – 20.02.2026

Vollkornpenne ^{gw sj sn e} (Röhrennudeln)
mit Kräuterfrischkäsesoße ^{m gw},
dazu Gemüsesticks

Blumenkohlcremesuppe ^m (Kartoffeln, Sahne),
dazu Kürbiskerne sm
und Roggenvollkornbrot ^{gr gg m sm sc st lu}

Mangojoghurt ^m
Salatbuffet mit Sesam ^{g sj sn}
und Joghurt-Kräuter-Dressing ^m

Allergen Deklaration

Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten, gw=Weizen, gr=Roggen, gg=Gerste, gh=Hafer, gd=Dinkel, gk=Kamut, kr=Krebstiere, e=Ei, f=Fisch, n=Erdnuss, sj=Soja, m=Milch oder Milchbestandteile, sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queensland-nuss), sl=Sellerie, sn=Senf, sm=Sesam, sd=Schwefeldioxid u. Sulphite, lu=Lupine, w=Weichtiere.

Alle **grünen Komponenten** bestehen zu 100% aus Bio-Zutaten. **DE-ÖKO-070 Blaue Buchstaben** weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). **Rote Zahlen** weisen auf enthaltene Zusatzstoffe hin.

Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.

Wir verwenden jodiertes Speisesalz. **Änderungen vorbehalten.**

Zusatzstoffkennzeichnung

1=mit Farbstoff, 2=mit Konservierungsstoff,
2.1=mit Nitritpökelsalz, 2.2=mit Nitrat,
3=mit Antioxidationsmittel, 4=mit Geschmacksverstärker,
5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst,
8=mit Süßungsmittel, 8.1=enthält eine Phenylalaninquelle,
9=mit Phosphat, 10=Koffein, 11=chininhaltig



LUNA SPEISEPLAN FEBRUAR

GRUNDSCHULE AM STADTPARK STEGLITZ

Montag – 23.02.2026

Farfalle^{gw sj sn e} (Schmetterlingsnudeln)
mit Käsesoße^{gw m} (Gouda, Blauschimmelkäse),
dazu Gemüsesticks

Bunter Gemüseeintopf^{sl}
(Kohlrabi, Möhren, Erbsen, Blumenkohl, Kartoffeln)

Obst
Knabbergemüse

Dienstag – 24.02.2026

Bunte Reispfanne^{g sm} (Erbsen, Paprikas, Porree)
mit Gartenkräutersoße^{m gw}

Chili con Carne^{g sm} (Rinderhackfleisch,
Kidneybohnen, Tomaten, Mais, Paprikas)
mit Fladenbrot^{gw gr m gd sm sj e sc n}

Apfel-Rotkrautsalat
Obst

Mittwoch – 25.02.2026

Lachs in Gurken-Dillsoße^{f gw m}
mit Vollkomreis^{g sm}

Kartoffelsuppe^{sl}
mit Dinkelvollkornbrötchen^{gd gw gh gg sm n sc e m sj}

Obst
Salatbuffet mit Kürbiskernensm
und French Dressing^{m sn}

Donnerstag – 26.02.2026

Vegetarische Bratwurst^{sj sl g e m sc sn sm} (Basis aus
Gemüse, Soja) mit Tomaten-Currysoße,
Sauerkraut und Kartoffelpüree^m

Kohlrabicremesuppe^m (Kartoffeln, Sahne)
mit Saatenbrot^{gd gw gh gg gr sm m sc sl lu}

Birnenjoghurt^m
Salatbuffet mit Kürbiskernensm
und French Dressing^{m sn}

Freitag – 27.02.2026

Indische Currypfanne mit Paneerkäse^{gw m sm}
(Indischer Rahmkäse, rote Linsen, Paprikas, Blumenkohl)
und Reis^{g sm}

Überbackener Nudelauf
mit Goudakäse^{gw m sj sn e} (Tomaten, Zwiebeln),
dazu Tomatensoße

Straciatellaquark^{m sj sc g sm n}
(Quarkspeise mit Schokoladenstücken)
Salatbuffet mit Kürbiskernensm
und French Dressing^{m sn}



Allergen Deklaration

Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten, gw=Weizen, gr=Roggen, gg=Gerste, gh=Hafer, gd=Dinkel, gk=Kamut, kr=Krebstiere, e=Ei, f=Fisch, n=Erdnuss, sj=Soja, m=Milch oder Milchbestandteile, sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queensland-nuss), sl=Sellerie, sn=Senf, sm=Sesam, sd=Schwefeldioxid u. Sulphite, lu=Lupine, w=Weichtiere.

Alle **grünen Komponenten** bestehen zu 100% aus Bio-Zutaten. DE-ÖKO-070 **Blaue Buchstaben** weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). **Rote Zahlen** weisen auf enthaltene Zusatzstoffe hin.

Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.

Wir verwenden jodiertes Speisesalz. **Änderungen vorbehalten.**

Zusatzstoffkennzeichnung

1=mit Farbstoff, 2=mit Konservierungsstoff,
2.1=mit Nitritpökelsalz, 2.2=mit Nitrat,
3=mit Antioxidationsmittel, 4=mit Geschmacksverstärker,
5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst,
8=mit Süßungsmittel, 8.1=enthält eine Phenylalaninquelle,
9=mit Phosphat, 10=Koffein, 11=chininhaltig

