

Speiseplan (frisch gekocht) Herigoyen Grund- und Mittelschule Sulzbach am Main
19.01.2026 – 25.06.2026

19.-22.01.2026

Mo: Käsespätzle Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI Vanillepudding Mi

Di: Lasagne Gl*a,Mi,SeI,Sen und Tomatensalat SeI,Sen Schokoladenjoghurt Mi

Mi: Reis-Gemüse-Pfanne mit Rahmsoße Mi,SeI,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi

Do: Fish´n´Chips mit Kräuterquarkdip 1,Gl*a,Mi,Fi,Ei,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen Obst

26.-29.01.2026

Mo: Spaghetti mit Tomatensoße Gl*a,Mi,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen Stracciatella-Joghurt Mi

Di: Tortellini mit Käsesoße Gl*a,Mi,SeI,Sen und griechischer Salat Mi,SeI,Sen Eis Mi

Mi: Kartoffelgulasch mit Wiener 2,3,8,10,Mi,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI süßes Gebäck Gl*a,Mi,Ei

Do: Bulgur mit Geschnetzeltem in einer Rahmsoße Gl*a,Mi,SeI,Sen und Tomatensalat SeI,Sen
Himbeerpudding Mi

02.-05.02.2026

Mo: Chicken Nuggets, Ofenkartoffelecken mit Sourcream 1,Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen Obst

Di: Backfisch mit Salzkartoffeln, Remoulade 1,3,9,Gl*a,Mi,Fi,Ei,SeI,Sen und gemischter Salat SeI,Sen
Götterspeise mit Vanillesoße Mi

Mi: Rigatoni al forno Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und Tomatensalat SeI,Sen Erdbeercreme Mi

Do: Tomatensuppe Mi,SeI,Sen Süße Hauptspeise: Dampfnudeln mit Vanillesoße Gl*a,Mi,Ei

09.-12.02.2026

Mo: Bratkartoffeln mit Omelett Mi,Fi,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI Vanillepudding Mi

Di: Kartoffel-Rinderhackfleisch-Auflauf Gl*a,Mi,SeI,Sen und Bauernsalat Mi,SeI,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi

Mi: Fusilli Tricolore mit Tomatensoße Gl*a,Mi,SeI,Sen Marmorkuchen Gl*a,Mi,Ei

Do: Karotten-Hähnchen mit Reis Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen Eis Mi

23.-26.02.2026

Mo: Spätzle mit Rahmsoße Gl*a,Mi,Ei,Sel,Sen und gemischter Salat Sel,Sen Stracciatella-Joghurt Mi
Di: Tomatensuppe Mi,Sel,Sen Süße Hauptspeise: Quark-Grieß-Auflauf mit Vanillesoße Gl*a,Mi,Ei
Mi: Backfisch mit Salzkartoffeln, Remoulade 1,3,9,Gl*a,Mi,Fi,Ei,Sel,Sen und Gurkensalat Mi,Sel Obst
Do: Geflügelschinkennudeln mit Sahnesoße 2,3,8,10,Gl*a,Mi,Sel,Sen mit Tomatensalat Sel,Sen süßes
Gebäck Gl*a,Mi,Ei

02.-05.03.2026

Mo: Vollkornspaghetti mit Tomatensoße Gl*a,Mi,Sel,Sen und gemischter Salat Sel,Sen
Milchreis mit Zimt und Zucker Mi
Di: Salzkartoffeln mit Geflügelbratwurst und Sauerkraut 2,3,8,10,Mi,Sel,Sen Waldbeeren-
Tiramisu Gl*a,Mi,Ei
Mi: Gebratene Nudeln mit Hähnchen und Gemüse Gl*a,Mi,Ei,Sel,Sen und Eisberg-Gurkensalat Mi,Sel
Schaumkuss Gl*a,Mi,Ei,So
Do: Linseneintopf mit Geflügelwienenerle und Baguette 2,3,8,10,Gl*a,Mi,Sel,Sen Schokopudding Mi

09.-12.03.2026

Mo: Wikingertopf mit Bulgur Gl*a,Mi,Ei,Sel,Sen Vanillepudding Mi
Di: Geflügelschnitzel mit Ofenkartoffeln und Gemüse 1,Gl*a,Mi,Sel,Sen Stracciatella-Joghurt Mi
Mi: Kürbissuppe Mi,Sel,Sen Süße Hauptspeise: Milchreis mit Kirschgrütze Mi
Do: Vollkornnudelaufbau mit Sahnesoße Gl*a,Mi,Sel,Sen und Gurkensalat Mi,Sel Obst

16.-19.03.2026

Mo: Nudeln mit Gemüse-Bolognese Gl*a,Mi,Ei,Sel,Sen und Tomatensalat Sel,Sen Schokojoghurt Mi
Di: Gemüselasagne Gl*a,Mi,Ei,Sel,Sen und gemischter Salat Sel,Sen Waldbeerencreme Mi

(Extragericht für Frau Hellmann)

Salzkartoffeln mit Vollkornfischstäbchen und Rahmspinat Gl*a,Mi,Fi,Sel,Sen Götterspeise mit
Vanillesoße Mi

Mi: Möhren-Erbсен-Hähnchen mit Reis Gl*a,Mi,Sel,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi
Do: Nudelsuppe Gl*a,Ei,Sel,Sen Süße Hauptspeise: Kaiserschmarrn mit Vanillesoße Gl*a,Mi,Ei

23.-26.03.2026

Mo: Tortellini mit Sahnesoße Gl*a,Mi,SeI,Sen und Bauernsalat Mi,SeI,Sen Obst
Di: Flädlesuppe mit Rinderhackfleisch und Baguette Gl*a,Mi,SeI,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi
Mi: Nudel-Quark-Auflauf mit Rahmsauce Gl*a, Mi,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen Wackelpudding mit Vanillesauce Mi
Do: Kartoffel-Rinderhackfleisch-Auflauf Mi,SeI,Sen und gemischter Salat SeI,Sen
Erdbeertraum Mi

13.-16.04.2026

Mo: Pizza 2,3,8,10,Gl*a,Mi,SeI,Sen und Tomatensalat SeI,Sen Schokoquark Mi
Di: Vollkornspaghetti mit Rinderbolognese Gl*a,Mi,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI Obst
Mi: Backfisch mit Salzkartoffeln, Remoulade 1,3,9,Gl*a,Mi,Fi,Ei,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen
Waldbeeren-Creme Mi
Do: Kartoffelcremesuppe Mi,SeI,Sen Süße Hauptspeise: Milchreis mit Zimt und Zucker, Apfelmus 3,Mi

20.-23.04.2026

Mo: Schupfnudeln mit Käse-Sahne-Soße Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und gemischter Salat SeI,Sen
Vanillepudding Mi
Di: Rindfleischbuletten mit Salzkartoffeln und Rahmwirsing Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi
Mi: Gemüseintopf mit Baguette Gl*a,Mi,SeI,Sen Stracciatella-Joghurt Mi
Do: Lasagne Gl*a,Mi,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI Obst

27.-30.04.2026

Mo: Fusilli tricolore mit Tomatensoße Gl*a,Mi,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen Schokojoghurt Mi
Di: Geflügelwürstchen-Gulasch mit Salzkartoffeln 2,3,8,10,Mi,SeI,Sen und Tomatensalat SeI,Sen
Schokoquark Mi
Mi: Gemüsecurry mit Reis Mi,SeI,Sen Waldbeeren-Creme Mi
Do: Gemüse-Kartoffelaufbau Mi,SeI,Sen und Bauernsalat Mi,SeI,Sen Eis Mi

04.-07.05.2026

Mo: Ofenkartoffeln mit Dip 1,Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und gemischter Salat SeI,Sen Schokopudding Mi
Di: Nudeln mit weißer Bolognese Gl*a,Mi,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI Schokomuffins Gl*a,Mi,Ei
Mi: Fischstäbchen mit Salzkartoffeln, Remoulade 1,3,9,Gl*a,Mi,Fi,Ei,SeI,Sen und Bauernsalat Mi,SeI,Sen
Obst
Do: Tomatensuppe Mi,SeI,Sen Süße Hauptspeise: Kaiserschmarrn mit Vanillesoße Gl*a,Mi,Ei

11.-14.05.2026

Mo: Ofen Tortellini alla panna 2,3,8,10,Gl*a,Mi,SeI,Sen und Tomatensalat SeI,Sen Erdbeerjoghurt Mi
Di: Pizza 2,3,8,10,Gl*a,Mi,SeI,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi
Mi: Bulgur-Gemüse-Pfanne Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und gemischter Salat SeI,Sen Schokojoghurt Mi
Do: **Feiertag** Kartoffelauflauf Gl*a,Mi,SeI,Sen und griechischer Salat Mi,SeI,Sen Wackelpudding mit Vanillesoße Mi

18.-21.05.2026

Mo: Spaghetti mit Tomatensoße Gl*a,Mi,SeI,Sen und griechischer Salat Mi,SeI,Sen Stracciatella-Joghurt Mi
Di: Backfisch mit Salzkartoffeln, Remoulade 1,3,9,Gl*a,Mi,Fi,Ei,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI,Sen
Himbeerpudding Mi
Mi: Geflügelschnitzel mit Bulgur und Erbsen-Möhrengemüse Gl*a,Mi,SeI,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi
Do: Käse-Spätzle-Auflauf Gl*a,Mi,Ei und Tomatensalat SeI,Sen süßes Gebäck Gl*a,Mi,Ei

08.-11.06.2026

Mo: Geflügelschinkennudeln mit Sahnesoße 2,3,8,10,Gl*a,Mi,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen
Milchreis mit Zimt und Zucker Mi
Di: Tomatensuppe Mi,SeI,Sen Süße Hauptspeise: Quark-Grießauflauf mit Apfelmus 3,Gl*a,Mi,Ei
Mi: Hühnerfrikassee mit Reis Gl*a,Mi,SeI,Sen Eis Mi
Do: Ofenkartoffeln mit Dip 1,Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und Bauernsalat Mi,SeI,Sen Schokojoghurt Mi

15.-18.06.2026

Mo: Fusilli Tricolore mit Tomatensoße Gl*a,Mi,SeI,Sen und gemischter Salat SeI,Sen Grießbrei mit Zimt und Zucker Gl*a,Mi
Di: Kürbislasagne Gl*a,Mi,SeI,Sen mit Tomatensalat SeI,Sen Vanillepudding Mi
Mi: Bratkartoffeln mit Omelett Gl*a,Ei,Mi,SeI,Sen und griechischer Salat Mi,SeI,Sen Eis Mi
Do: Rahmgeschnetzeltes mit Bulgur Gl*a,Mi,SeI,Sen und Gurkensalat Mi,SeI Waldbeeren-Tiramisu Gl*a,Mi

22.-25.06.2026

Mo: Wikingereintopf mit Bulgur Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen und Eisbergsalat SeI,Sen Schaumkuss Gl*a,Mi,Ei,So

Di: Fischstäbchen mit Salzkartoffeln und Karotten-Kohlrabi-Gemüse Gl*a,Mi,Fi,SeI,Sen

Schokopudding Mi

Mi: Gebratene Nudeln mit Hähnchen und Gemüse Gl*a,Mi,Ei,SeI,Sen Erdbeercreme Mi

Do: Kartoffel-Möhreneintopf Mi,SeI,Sen mit Brot Gl*a und Bauernsalat Mi,SeI,Sen

Karamellpudding Mi