














































Speisenplan Friedrich-Ludwig-Jahn-Gymnasium

Monat: Juni 2026

Name: Klasse:

	Essen I	Essen II	Essen III
Mo 01.06.2026	Kohlrabi-Möhreneintopf mit Kartoffelwürfel, dazu Brot und Kompott I, 	Spaghetti mit Tomatensoße, dazu Reibekäse und Kompott I, Ia, III, VII, IX, 	Krautgulasch mit Kartoffeln, dazu Kompott I, S 
Di 02.06.2026	Piratensuppe mit Hackfleisch, Nudeln und Mischgemüse, dazu Brötchen und Joghurt I, III, VII, S 	Blumenkohl mit holländischer Soße und Kartoffeln, dazu Joghurt I, Ia, VII, IX, 	Hähnchen in Currysoße mit Pfirsichwürfeln und Reis, dazu Joghurt I, Ia, III, VII, G 
Mi 03.06.2026	Kesselgulasch mit Rindfleisch und Gemüse, dazu Brötchen und Frischobst I, Ia, VII, IX, R 	Kräuterrührei mit Püree und Gurkensalat I, Ia, III, VII, IX, 	Gabelspaghetti "Bolognese", dazu Reibekäse und Frischobst, I, Ia, III, VII, IX, S 
Do 04.06.2026	Linseneintopf mit Jagdwurstwürfel, dazu Brot und Frischobst I, III, IX, S 	Farfalle mit Möhre-Frischkäsesoße, dazu Frischobst I, VII, 	Fischburger mit Kräutersoße, Mischgemüse und Püree I, Ia, IV, VII, IX, F 
Fr 05.06.2026	Grießbrei mit heißen Kirschen, dazu Salat I, Ia, VII 	Tortellini mit Käsefüllung Sahnesoße, dazu Salat I, III, VII, 	Kasslerbraten mit Soße, Sauerkraut und Kartoffeln I, Ia, VII, IX, S 

	Essen I	Essen II	Essen III
Mo 08.06.2026	Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch, dazu Brötchen und Kompott I, Ia, VII 	Karotten-Sesamknusperschnitzel mit Sahnesoße und Kartoffeln, dazu Kompott I, III, VII, VI, 	Spaghetti mit Hähnchenbruststreifen in Tomatensoße, dazu Kompott I, Ia, III, VII, IX, G 
Di 09.06.2026	Veg. Gemüseeintopf mit Kartoffeln, dazu Brötchen und Vanillecreme I, Ia, III, VII, IX, 	gekochtes Ei in Tomatensoße und Reis, dazu Vanillecreme I, Ia, III, VII, 	Kohlroulade mit Soße und Kartoffeln I, Ia, III, VII, IX, S 
Mi 10.06.2026	Ofensuppe mit Rindfleisch, Poree, Ananas und Tomate, dazu Vollkornbrötchen und Frischobst I, VII, R 	Bandnudeln mit Curryfruchtsoße, dazu Frischobst I, III, VII, 	Hähnchenkeule mit Soße, Apfelrotkohl und Kartoffeln, I, Ia, VII, IX, G 
Do 11.06.2026	Hühnersuppentopf mit Gemüse, dazu Roggenbrot und Joghurt I, Ia, Ib, III, IX, VII, G 	Gemüsefrikadelle mit Reis und Petersiliensoße, dazu Joghurt I, Ia, III, V, VII, 	Pfannengyros mit Zwiebeln und Reis, dazu Tzazikisalat I, Ia, VII, IX, S 
Fr 12.06.2026	Hefeklöße mit Blaubeerssoße, dazu Rohkostsalat I, Ia, III, VII, 	Pilz-Kräuterragout mit böhmischen Knödeln, dazu Rohkostsalat I, III, VII, 	Fischfiguren mit Tomatensoße und Püree, dazu Rohkostsalat I, Ia, III, IV, VII, IX, F 

	Essen I	Essen II	Essen III
Mo 15.06.2026	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch, dazu Brot und Joghurt I, VII, R 	asiatische Gemüsepfanne mit Reis, dazu Joghurt I, Ia, V, VI, VII, 	pan. Jägerschnitzel mit Tomatensoße und Makkaronichips, dazu Joghurt I, III, VII, IX, X, S 
Di 16.06.2026	Möhreneintopf mit Kartoffeln und Wurstscheiben, dazu Brot und Salat I, III, IX, S 	Bunte Gemüsepfanne mit Kräuterreis, dazu Salat I, VII, 	Fischli in Knusperpanade mit Schnittlauchsoße, Möhengemüse und Kartoffeln I, III, IV, F 
Mi 17.06.2026	Nudel-Eintopf mit Gemüse, dazu Mischbrot und Frischobst I, Ia, Ib, VII, 	Gemüseplatte (Möhren, Erbsen, Blumenkohl, Bohnen) mit Püree VII, 	Hähnchensteak mit Champignonsoße und Reis I, Ia, III, VII, IX, V, VIII, G 
Do 18.06.2026	Kartoffel-Hackfleisch Schmandeintopf mit Möhren, dazu Brötchen und Gurkensalat I, VII, S 	Rührei mit Schnittlauch und Püree, dazu Gurkensalat I, Ia, III, VII, IX, 	Currywurstchenpfanne mit Reis, dazu Gurkensalat I, III, IV, VII, IX, X, S 
Fr 19.06.2026	Quarkkeulchen mit Zucker, Zimt und Apfelmus I, Ia, III, VII, 	bunte Nudelpfanne mit Gemüse in Tomatensoße, dazu Reibekäse und Apfelmus I, Ia, III, VII, 	Bauernroulade mit Soße, Butterbohnen und Kartoffeln I, Ia, III, VII, X, IX, S 

Essen I
















Essen II

Essen III

Speisenplan Friedrich-Ludwig-Jahn-Gymnasium

Monat: Juni 2026







Name: Klasse:

Mo 22.06.2026	Weißkraut - Eintopf mit Hackfleisch, dazu Brot und Getränk I S 	Blumenkohl-Brokkolipfanne mit Kräuterrahmsoße und Kartoffeln, dazu Getränk I, Ia, VII, IX 	Hörnchennudeln mit Schinken-Tomatensoße, dazu Getränk I, III, VII, S 
Di 23.06.2026	Tomatensuppe mit Suppenfleischklösschen Nudleinlage und Brötchen, dazu Dessert I, III, S 	Rote Beete Puffer, Kräutersoße, Kartoffeln dazu Dessert VII, IX 	Füllung mit Sauerkraut und Kartoffeln I, Ic, VII, IX, S 
Mi 24.06.2026	Gyrossuppe mit Putenfleisch und Kartoffeln, dazu Brötchen und Frischobst I, Ia, Ib, VII, IX, G 	Broccoli-Nuggets mit Kräutersoße und Nudelreis, dazu Frischobst I, Ia, III, VI, VII, IX 	Heringdillhappen in Joghurt-Dillsoße mit Kartoffeln, dazu Frischobst VII, X, F 
Do 25.06.2026	Eiersuppe mit Geflügelfleisch und Gemüse, dazu Brötchen und Frischobst I, Ia, III, VII, G 	Spaghetti mit Gemüse und Tomatensoße, dazu Frischobst I, Ia, III, VII, IX, X, V, VIII 	Gebratener Fleischkäse mit Soße, Bohnen und Püree I, Ia, III, VII, IX, X, S 
Fr 26.06.2026	Milchreis mit Butter, Zucker und Zimt, dazu Apfelmus VII 	Tagliatelle mit Gemüse-Käsesoße, dazu Apfelmus I, Ia, VII 	buntes Hühnerfrikassee mit Reis I, Ia, III, VII, IX, X, G 

Essen I

Essen II

Essen III

Mo 29.06.2026	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln und Vollkornbrot, dazu Frischobst I, Ia, III, VII, IX, R 	Nudeln mit Spinatcremesoße, dazu Frischobst I, Ia, III, VII, V, VIII, IX 	Hackfleischbällchen in Tomatensoße mit Spirelli, dazu Frischobst I, III, VII, X, S 
Di 30.06.2026	Soljankatopf mit Sauersahne, dazu Brötchen und Pudding I, Ia, III, VII, IX, X, S 	Gemüseknusper-dino mit Kräutersoße und Kartoffeln, dazu Pudding I, Ia, III, VII, V, VIII 	Fischstäbchen mit Dillsoße, Püree und Möhrengemüse I, III, VII, F 

Änderungen vorbehalten!

1 modifizierte Stärke	7 Zuckeralkohol	13 koffeinhaltig	lc Gluten Gerste	li Gluten Einkorn	Va Mandeln	Vg Pistazien	IX Sellerie
2 Konservierungsstoffe	8 Süßungsmittel	14 chininhaltig	ld Gluten Hafer	lj Gluten Zweikorn	Vb Haselnüsse	Vh Macadamianüsse	X Senf
3 Farbstoffe	9 gewachst	15 Farbstoff	le Gluten Dinkel	ll Krebstiere	Vc Walnüsse	Vi Queenslandnüsse	XI Sesam
4 Antioxidationsmittel	10 Nitrate	l Glutenhaltiges	lf Gluten Kamut	lll Eier	Vd Cashewnüsse	VI Soja	XII Schwefel.diox./Sulfate
5 Geschmacksverstärker	11 Schwefelverbindung	la Gluten Weizen	lg Gluten Triticale	IV Fisch	Ve Pecannüsse	VII Milch	XIII Lupine
6 Phosphate	12 geschwärzt	lb Gluten Roggen	lh Gluten Grünkern	V Erdnüsse	Vf Paranüsse	VIII Schalenfrüchte	XIV Weichtiere

Hinweis: aus technologischen Gründen können Spuren allergener Stoffe in andere Lebensmittel gelangen.