

# Wochenmenü

KW 04, 19.01.2026 - 25.01.2026

Mensa

Waldorfpädagogik Frankfurt (Oder) e.V.  
Weinbergweg 30  
15236 Frankfurt (Oder)  
www.waldorf-ffo.de



Montag 19.01.2026	Dienstag 20.01.2026	Mittwoch 21.01.2026	Donnerstag 22.01.2026	Freitag 23.01.2026
Nudeln mit Basilikumpesto oder Tomatenpesto a, a1, b, d, k4	Kartoffelsuppe mit Brot vom Hof Marienhöhe, Dessert a, a1, m	Chili con Carne und Reis e, l	Spätzle und Rahmgemüse a, a1, a2, b, d, e	Grießbrei mit Birnenkompott a, a1, d
Großer Salat d	Kartoffelsuppe mit Foccacia, Dessert (vegan) m	Chili sin Carne und Reis e, g, l	Spätzle und Kichererbsenrahmgemüse (vegan) a, a1, a2, b, d, e	Mandelmilchreis mit Birnenkompott a, a1, d
	Großer Salat d	Großer Salat d	Großer Salat d	Großer Salat d

**BITTE BEACHTEN SIE, DASS SICH DIE ALLERGEN- UND ZUSATZSTOFFAUSZEICHNUNG GEÄNDERT HAT.**

Garantie für Ihre gesunde und genussvolle Ernährung: Zur Herstellung unserer hausgemachten Speisen verwenden wir ausschließlich biologisch erzeugte Lebensmittel. Unsere Produkte sind daher biologische Produkte gemäß Verordnung (EG) Nr.834/2007 Nr. 889/2008 .

Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, g=Lupine, k4=Kaschunüsse, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite

# Wochenmenü

19.01.2026 - 25.01.2026

Mensa

Waldorfpädagogik Frankfurt (Oder) e.V.

Weinbergweg 30

15236 Frankfurt (Oder)

www.waldorf-ffo.de



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 19.01.2026 - 25.01.2026

1=Farbstoff, 2=Konservierungsmittel, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=Phosphat, 9=Süßungsmittel, 10=Phenylalaninquelle, 11=verzehrabführend, 12=gentechnisch verändert, a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

19.01.2026, Menü 2, Nudeln mit Basilikumpesto oder Tomatenpesto \* Basilikumpesto: d,k4 \* Nudeln: a,a1,b \* Tomatenpesto: d,k4

19.01.2026, Menü 4, Großer Salat \* Blattsalat: d

20.01.2026, Menü 2, Kartoffelsuppe mit Brot vom Hof Marienhöhe, Dessert \* Brot vom Hof Marienhöhe: a,a1 \* Dessert: keine \* Kartoffelsuppe: m

20.01.2026, Menü 3, Kartoffelsuppe mit Foccacia, Dessert (vegan) \* Dessert (vegan): keine \* Foccacia: keine \* Kartoffelsuppe: m

20.01.2026, Menü 4, Großer Salat \* Blattsalat: d

21.01.2026, Menü 2, Chili con Carne und Reis \* Basmatireis: keine \* Chili con Carne: e,l

21.01.2026, Menü 3, Chili sin Carne und Reis \* Chili sin Carne: e,g,l \* Reis: keine

21.01.2026, Menü 4, Großer Salat \* Blattsalat: d

22.01.2026, Menü 2, Spätzle und Rahmgemüse \* Rahmgemüse: a,a2,d,e \* Spätzle: a,a1,b

22.01.2026, Menü 3, Spätzle und Kichererbsenrahmgemüse (vegan) \* Rahmgemüse: a,a2,d,e \* Spätzle: a,a1,b

22.01.2026, Menü 4, Großer Salat \* Blattsalat: d

23.01.2026, Menü 2, Grießbrei mit Birnenkompott \* Birnenobst: keine \* Grießbrei: a,a1,d

23.01.2026, Menü 3, Mandelmilchreis mit Birnenkompott \* Birnenobst: keine \* Grießbrei: a,a1,d

23.01.2026, Menü 4, Großer Salat \* Blattsalat: d