



Waldorfcampus  
Heilbronn

# SPEISEPLAN

KW 26 / MONTAG 22.06.2026 - FREITAG 26.06.2026

GENUSS  
&  
HARMONIE

DIE FRISCHEMACHER

## MONTAG

GNOCCHI MIT GRILLGEMÜSE UND  
KRÄUTERVELOUTÉ 🌿

\*\*\*

HIMBEER RAGOUT MIT VANILLE CREME 🍷

## DIENSTAG

VOLLKORNRISOTTO MIT  
GEBRATENEN PILZEN UND SALAT



\*\*\*

BUTTERNMILCH MOUSSE MIT  
BLAUBEEREN

## MITTWOCH

SCHWÄBISCHE KÄSESPÄTZLE MIT  
GEBRATENEN ZWIEBELN UND  
BLATTSALAT 🌿

\*\*\*

FRÜCHTEQUARKSPEISE MIT GRANOLA

## DONNERSTAG

PENNE MIT TOMATENSUGO UND  
GERIEBENEM KÄSE 🍷 ❤️

\*\*\*

OBSTSALAT

## FREITAG

PIZZA "MARGHERITA" MIT  
FRISCHEM BASILIKUM 🌿 ❤️

\*\*\*

FRISCHE ERDBEEREN MIT  
ZITRONENSCHMAND UND MINZE



# SPEISEPLAN

KW 27 / MONTAG 29.06.2026 - FREITAG 03.07.2026

GENUSS  
&  
HARMONIE

DIE FRISCHEMACHER

## MONTAG

GNOCCHI MIT KÄSESOBE UND  
BROKKOLI 

\*\*\*

BANANEN CASHEW MOUSSÉ 

## DIENSTAG

OFENKARTOFFEL MIT KRÄUTER  
SCHMAND UND KAROTTENSALAT





\*\*\*

SCHOKOLADENPUDDING MIT HAFER  
CRUNCH


## MITTWOCH

PASTA MIT LINSEN BOLOGNESE  
UND REIBEKÄSE  

\*\*\*

APFEL-ZIMT-HAFERCREME MIT  
WALNÜSSEN  

## DONNERSTAG

BLUMENKOHL-KÄSE TALER  
BÄRLAUCH, TOMATE UND  
KARTOFFELPÜREE 

\*\*\*

FRISCHES OBST  

## FREITAG

SCHUPFNUDEL-PFANNE MIT  
GRILLGEMÜSE UND TOMATENSUGO



\*\*\*

VANILLE PUDDING MIT BEEREN 



# SPEISEPLAN

KW 28 / MONTAG 06.07.2026 - FREITAG 10.07.2026

GENUSS  
&  
HARMONIE

DIE FRISCHEMACHER

## MONTAG

PASTA MIT BROCCOLI SOBE UND  
SALAT  

\*\*\*

FRÜCHTEQUARK MIT AGAVENDICKSAFT  
GESÜSST 

## DIENSTAG

KARTOFFELGRATIN MIT  
BLUMENKOHL UND SALAT 

\*\*\*

MILCHREIS MIT KIRSCHEN UND  
SAHNEKROKANT 

## MITTWOCH

GYROS "VEGAN" MIT DJUVEC REIS  
UND LIMETTENSCHMAND  

\*\*\*

MANGO CREME MIT MANDELN 

## DONNERSTAG

CHILI SIN CARNE MIT GERÖSTETEM  
BROT UND PETERSILIE 

\*\*\*

GRIEBPUDDING MIT ROTER GRÜTZE 

## FREITAG

LINSEN MIT SPÄTZLE UND ZUCCHINI  
STICKS  

\*\*\*

HAUSGEMACHTER KUCHEN 



Waldorfcampus  
Heilbronn

# SPEISEPLAN

KW 29 / MONTAG 13.07.2026 - FREITAG 17.07.2026

GENUSS  
&  
HARMONIE

DIE FRISCHEMACHER

## MONTAG

VOLLKORNPASTA MIT  
TOMATENSOßE UND PARMESAN



MANDELPUDDING MIT NUSSKROKANT

## DIENSTAG

REIBEKUCHEN MIT APFELMUS  
UND ZIMT



KARTOFFEL-BROCKOLI SUPPE MIT  
WALNÜSSEN

## MITTWOCH

VEGETARISCHE LASAGNE  
"BOLOGNESE ART" MIT  
MÖHRENSALAT



Frisches Obst

## DONNERSTAG

GRÜNKERNBRATLING MIT CURRY  
DIP UND KARTOFFELASLAT

\*\*\*

BUTTERKUCHEN MIT SCHOKO CRUNCH

## FREITAG

TORTETELLINI MIT PAPRIKASOßE  
UND TOMATENSALAT

\*\*\*

BANANEN QUARK MIT HAFER



# SPEISEPLAN

KW 30 / MONTAG 20.07.2026 - FREITAG 24.07.2026

GENUSS  
&  
HARMONIE

DIE FRISCHEMACHER

## MONTAG

SPAGHETTI "AGLIO OLIO" MIT  
KONFIERTEN TOMATEN UND  
BASILIKUM  

\*\*\*

STRACCIATELLA CREME MIT OBST 

## DIENSTAG

GEBACKENER RÄUCHERTOFU MIT  
BROCCOLI UND BECHAMELSOË



\*\*\*

KIRSCHGRÜTZE MIT VANILLESOË

## MITTWOCH

KOHLRABI STEAK MIT THYMIAN  
SOË UND HASELNUSS SPÄTZLE 

\*\*\*

HAUSGEMACHTER KUCHEN 

## DONNERSTAG

SENF EIER MIT  
PETERSILIENKARTOFFELN UND  
KOPFSALATHERZEN 

\*\*\*

MARINIERTE ANANAS IM GLAS 

## FREITAG

FALAFEL TELLER MIT ROHKOST;  
BOHNENCREME UND LINSEN DAL



\*\*\*

PANNA COTTA MIT FRUCHTSOË



Waldorfcampus  
Heilbronn

# SPEISEPLAN

KW 31 / MONTAG 27.07.2026 - FREITAG 31.07.2026

GENUSS  
&  
HARMONIE

DIE FRISCHEMACHER

## MONTAG

VOLLKORNPASTA MIT  
TOMATENSOÛSE UND PARMESAN



\*\*\*

SCHOKOLADENPUDDING MIT HAFER  
CRUNCH

## DIENSTAG

GEMÜSE -REIS PFANNE MIT DIP  
UND SALAT

\*\*\*

FRISCHE ERDBEEREN MIT  
ZITRONENSCHMAND UND MINZE

## MITTWOCH

SCHWÄBISCHE LASAGNE MIT  
MAULTASCHEN UND TOMATE

\*\*\*

FRISCHES OBST  

## DONNERSTAG

FERIEN - NUR KITA UND KERNZEIT  
\*\*\*

## FREITAG

FERIEN - NUR KITA UND KERNZEIT  
\*\*\*