

SPEISEPLAN GRUNDSCHULE

glutenfrei



MONAT : Oktober 2020

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.10. bis 02.10.	I				Tomaten-Zucchini-Gemüse in Kräuter-Tomatensoße, Naturreis, Obst a1, G	Schweinebraten mit Soße, Schwarzwurzel, Salzkartoffeln a1, C, F, G, I, J
	II					
05.10. bis 09.10.	I	Reiseintopf mit Eierstich Karotten, Erbsen, Kohlrabi Roggenbröt., Joghurt a1, C, G, I, J	Pikantes Eierragout mit Sentsoße, Kartoffeln Rote-Beete-Salat 5, a1, C, F, I, J	Putenbrust natur mit Rahmsoße, Blumenkohl, Salzkartoffeln, a1, F, G, I, J, 10	Vegetarische Bolognese mit Spagetti dazu Obstsalat C, G, F, I	Würzfleisch vom Schwein mit Käse überbacken, Gemüserreis, Obst a1, F, G, I
	II					
12.10. bis 16.10.	I	Nudeleintopf F, I, J, G mit Hühnerfleisch ,Karotten, Erbse Vollkornbrot, Quarkspeise	Thüringer Bratwurst (Schwein) mit Sauerkraut Kartoffelpüree, Senf a1, F, I	Seelachs natur mit Dillsöße, Kartoffel Rohkostsalat a1, G, I, J	Gemischter Gulasch mit Butternudeln Bohnensalat a1, F, G, I	Currywurst a1, F, G, I mit Curryketchupsoße dazu Kartoffelpüree, Gurkensalat
	II					
19.10. bis 23.10.	I	2 Gemüsebällchen mit Tomatensoße und bunte Nudeln, Pudding a1, F, G, I, J	Schnitzel natur mit Soße, Blumenkohl, Kartoffeln a1, C, G, I, J	Schweinegulasch a1, G, 10 mit Rahmsoße dazu Spiralen und Wachsbohnenensalat	Bratklops mit Soße und Brokkoli dazu Kartoffeln, Obst a1, C, F, G, I, J	Seelachs natur Sentsoße, Kartoffeln Krautsalat a1, C, F, G, I
	II	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
26.10. bis 30.10.	I	Nudelsuppe a1, F, G, I mit Griesklöschchen und Gemüse, Roggenbrötchen, Joghurt	Fisch natur Senf-Kräuter-Soße, Kartoffeln Balkansalat a1, C, F, G, I	2 Königsberger Klopse Kapernsoße und Naturreis Rote-Beete-Salat 10, 5, a1, C, F, G, I	Rahmspinat mit Rührei Kartoffeln, dazu Obst a1, C, F, G, I, J	Putenbraten mit Erbsengemüse, Soße dazu Kartoffelpüree a1, F, G, I, J
	II	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien

- 1) mit Farbstoff
- 2) mit Konservierungsstoff
- 3) mit Geschmacksverstärker
- 4) mit Phosphat

- 5)
- 6) mit Antioxidationsmitteln
- 7) gewachst
- 8) kann Gräten enthalten

- 9) mit Nitritpökelsalz
- 10) gebunden mit Johanniskennehl oder Quarkermehl

Allergene:

- A= Gluten
- a1= Weizen
- a2= Roggen
- a3= Gerste
- a4= Hafer

- B= Krebstiere
- C= Eier
- D= Fisch
- E= Erdnüsse
- F= Soja

- G= Lactose
- h1= Mandeln
- h2= Haselnüsse
- h3= Wallnüsse
- h4= Kaschunüsse

- h5= Pecannüsse
- h6= Paranüsse
- h7= Pistazien
- h8= Macadamia
- l= Sellerie

- J= Senf
- K= Sesamsamen
- L= Schwefeldioxid
- M= Lupinen
- N= Weichtiere
- X= kann Spuren von Allergenen enthalten

Hotline für Zu- und Abbestellungen : Tel. 03621 / 5144612 o. 613 Fax 03621/ 5144629