

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Schule Vorspeise	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5,	Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder und Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke) F, G, I, L, 3, 5,	Karottensalat L, 3, 5,	Rohkost (Karotte, Tomate und Gurke) Tomatencremesuppe G,	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5,
Nährwert	kcal 36,5 / kj 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1	kcal 24,6 / kj 103,1 / Fett 0,4 / EW 1,7 / KH 1,7	kcal 30,5 / kj 127,4 / Fett 0,5 / EW 1,1 / KH 4,4	kcal 37,1 / kj 155,3 / Fett 1,2 / EW 2,1 / KH 3,2	kcal 36,5 / kj 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1
Schule Hauptgang Vegetarisch	Omelett mit Rahmspinat und Salzkartoffeln C, G, G,	Grünkern-Bolognese mit Fusilli (Nudeln) und geriebener Emmentaler A1, I, A1, C, G,	vier Falafelbällchen mit gedämpftem Reis und Jogurt-Dip A1, G,	Pfannkuchen (3 St.) mit Apfelmus A1, C, G, 3,	Drei Kartoffelpuffer mit buntem Gemüse ragout (Karotte, Kohlrabi, Mais) A1, C, G,
Nährwert	kcal 348,6 / kj 1458,6 / Fett 15,8 / EW 13,0 / KH 39,3	kcal 477,6 / kj 1998,4 / Fett 18,8 / EW 10,2 / KH 72,0	kcal 435,7 / kj 1822,9 / Fett 11,8 / EW 10,9 / KH 70,0	kcal 462,2 / kj 1932,9 / Fett 15,6 / EW 10,6 / KH 73,4	kcal 375,1 / kj 1569,5 / Fett 8,0 / EW 13,6 / KH 53,6
Schulen Nachspeise	Heidelbeer Jogurt G,	Verschiedenes Obst der Saison	Zwei Doppelkeks (Vollkorn) A1, G,	Verschiedenes Obst der Saison	Verschiedenes Obst der Saison
Nährwert	kcal 90,9 / kj 380,3 / Fett 2,4 / EW 2,8 / KH 12,1	kcal 70,1 / kj 293,4 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 16,2	kcal 193,6 / kj 810,0 / Fett 2,8 / EW 8,8 / KH 24,4	kcal 70,1 / kj 293,4 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 16,2	kcal 70,1 / kj 293,4 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 16,2

Allergen-Kennzeichnung: A1 Weizen | A2 Roggen | A3 Gerste | A4 Hafer | A5 Dinkel | B Kerbstiere | C Eier | D Fisch | E Erdnüsse | F Sojabohnen | G Milch | H1 Mandeln | H2 Haselnüsse | H3 Walnüsse | H4 Cashewnüsse | H5 Pecannüsse | H7 Pistazien | H8 Macasamianüsse | I Sellerie | J Senf | K Sesam | L Schwefeldioxid und Sulfid | M Lupine | N Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff | 3 mit Antioxidationsmittel | 4 mit Geschmacksverstärker | 5 geschwefelt | 6 geschwärzt | 7 mit Süßungsmittel | 8 mit Phosphat

Bitte beachten Sie, dass sich bei kurzfristigen Änderungen im Speiseplan, auch Allergene und Zusatzstoffe ändern können!

Wir verwenden folgende Lebensmittel ausschließlich in Bio-Qualität: Äpfel, Bananen, Reis, Penne und Fusilli



DE-006