

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Schule Vorspeise	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5,	geschnittener Chinakohl Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5,	Rohkost (Karotte, Tomate und Gurke)	Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rote-Bete(gekocht)-Jogurt-Salat F, G, I, L, 3, 5, G, J,	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 39,1 / kJ 164,0 / Fett 0,6 / EW 3,4 / KH 1,3	kcal 9,6 / kJ 40,1 / Fett 0,4 / EW 0,1 / KH 1,8	kcal 42,2 / kJ 176,5 / Fett 0,9 / EW 2,8 / KH 1,0	kcal 36,5 / kJ 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1
Schule Hauptgang Vegetarisch	vegetarische Hackbällchen dazu Erbsen, Rahmsauce und Spätzle G, A1, C,	Vegetarische Frühlingsrollen A1, F, I, J, mit Sojasauce und Gelber-Reis F, K,	Grünkern-Bolognese A1, I, mit Fusilli und geriebener Emmentaler A1, C, G,	Dampfkartoffeln dazu Kräuterquark G,	vier Falafelbällchen A1, mit Humus (cremige Kichererbsen), und Rotkohlsalat 3, L, 3, 5, Couscous A1, 3,
Nährwert	kcal 579,5 / kJ 2424,8 / Fett 26,8 / EW 17,7 / KH 74,8	kcal 379,0 / kJ 1585,9 / Fett 12,5 / EW 4,3 / KH 70,3	kcal 477,6 / kJ 1998,4 / Fett 18,8 / EW 10,2 / KH 72,0	kcal 309,0 / kJ 1292,7 / Fett 17,9 / EW 3,2 / KH 48,4	kcal 552,3 / kJ 2310,9 / Fett 19,4 / EW 14,4 / KH 84,4
Schulen Nachspeise	Verschiedenes Obst der Saison	Erdbeerjogurt G,	Handobst: Birnen	Verschiedenes Obst der Saison	Vanillepudding G,
Nährwert	kcal 109,3 / kJ 457,2 / Fett 1,4 / EW 0,4 / KH 23,2	kcal 93,6 / kJ 391,6 / Fett 2,4 / EW 2,5 / KH 0,0	kcal 65,0 / kJ 272,5 / Fett 0,6 / EW 0,4 / KH 15,5	kcal 109,3 / kJ 457,2 / Fett 1,4 / EW 0,4 / KH 23,2	kcal 113,9 / kJ 476,3 / Fett 3,0 / EW 3,5 / KH 17,0

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 Sulfit | 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