

ESS | PLAN 04.11. – 08.11.2024

## ANNA-FREUD-SCHULE

Es kocht für Sie: ESSWERK / Tel. 069/83009786-0

- Montag, 04.11.** Klare Gemüsesuppe<sup>(i)</sup> als Vorspeise, danach Germknödel<sup>(a1,c,g)</sup> mit Vanillesauce<sup>(g)</sup> (enthält Bio Zucker)
- Dienstag, 05.11.** Sellerieschnitzel<sup>(i)</sup> mit Käsesauce<sup>(g)</sup> und Vollkornnudeln<sup>(a1)</sup> (Bio Nudeln)
- Mittwoch, 06.11.** Currygeschnetzeltes<sup>(g)</sup> von der Pute mit Reis (Bio Reis), dazu Rote-Beete-Salat
- Donnerstag, 07.11.** Fischfrikadelle<sup>(a1,d)</sup> mit Salzkartoffeln, dazu Kräuterquark<sup>(g)</sup>
- Freitag, 08.11.** Spaghetti<sup>(a1)</sup> „Napoli“ (Bio Nudeln) mit Reibekäse<sup>(g)</sup> und Salat



**Änderungen vorbehalten**

**Allergenkennzeichnung :**

(a) Glutenhaltiges Getreide: (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Gerste, (a4) Hafer, (a5) Dinkel, (a6) Kamut

(b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse, (f) Soja, (g) Milch incl. Laktose, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesamsamen, (l) Schwefeldioxid, und Sulfite, (m) Lupine, (n) Weichtiere

(h) Schalenfrüchte: (h1) Mandeln, (h2) Haselnüsse, (h3) Walnüsse, (h4) Cashewnüsse, (h5) Pecanüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

**Zusatzstoffe:**

(1) mit Farbstoffe (2) mit Konservierungsstoffe (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

Verwendung von Reis, Nudeln, Grieß, Cous-Cous, Zucker, Linsen, Soja immer in biologische Qualität



aus EU-/ nicht EU-Landwirtschaft / Kontrollstelle DE-ÖKO-012



**Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK**