

ESS | PLAN 11.11. – 15.11.2024

ANNA-FREUD-SCHULE

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

- Montag, 11.11.** Seelachs^(d) „Natur“ (MSC-Seelachs) mit Kräuterveluté^(g), Mischgemüse⁽ⁱ⁾ und Reis (Bio Reis)
- Dienstag, 12.11.** herbstlicher Gemüseintopf⁽ⁱ⁾, dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k)
- Mittwoch, 13.11.** Geflügelbällchen^(a1,c) mit Rahmsauce^(g) und Ebly^(a1) (Weizenkörner) dazu lauwarmer Karotten-Salat
- Donnerstag, 14.11.** Rührei^(c) mit Spinat und Kartoffeln
- Freitag, 15.11.** Rindergulasch mit Zwiebeln, dazu Spätzle^(a1) (Bio Nudeln) 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) Pecannüsse, (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