

ESS | **PLAN 24.11. – 28.11.2025**

SCHILLERSCHULE

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

Frühlingsrolle, vegetarisch^(a1,f) mit Salat, dazu süß-sauer Dip

Thunfischsalat^(d) mit Tomate, Gurke, roten Zwiebeln, Mais, grünen Oliven, Ei^(c), frischer Petersilie, dazu ein Brötchen^(a1)

Montag, 24.11. Blumenkohl- Medaillons mit Petersiliensauce^(g) und Kartoffeln

Dienstag, 25.11. Putensteak „Natur“ mit Paprikasauce und Reis (Bio Reis),
zum Nachtisch Mandarine

Mittwoch, 26.11. Pfälzer Kartoffeleintopf mit frischem Gemüse und einem Vollkornbrötchen^(a1,a2,k)

Donnerstag, 27.11. Pasta^(a1) (Bio Nudeln) mit Lachs-Sahne-Sauce^(d,g) (MSC- Fisch), dazu Rohkost

Freitag, 28.11. Hamburger^(a1,k,c) vom Rind zum selber bauen mit Ketchup, Mayo^(c,i), Salat, Tomate,
Zwiebeln und Gurken



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