

ESS | **PLAN 08.12. – 12.12.2025**

SCHILLERSCHULE

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

Kartoffelsalat mit Rindswurst und einem Brötchen^(a1)

Griechischer Salat mit Feta^(g) Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Paprika, rote Zwiebeln und Oliven, dazu ein Brötchen^(a1)

Montag, 08.12. Möhren-Kürbis-Kartoffeleintopf⁽ⁱ⁾ mit einem Vollkornbrötchen^(a1,a2,k) zum Nachtisch Obst

Dienstag, 09.12. Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) mit Tomaten-Thunfisch-Sauce^(g,d), dazu Salat (Essig-Öl- Dressing)

Mittwoch, 10.12. Gyros von der Pute mit Tzaziki^(g), dazu Reis (Bio Reis) und Weißkrautsalat

Donnerstag, 11.12. Rührei^(c) mit Rahmspinat^(g) und Salzkartoffeln, dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)

Freitag, 12.12. Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit Gemüsebolognese, Reibekäse^(g), zum Nachtisch eine Mandarine



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