

ESS | **PLAN 21.09. – 25.09.2026**

SCHILLERSCHULE

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

Putenbrustsalat mit Mandarinen und Ananas auf Eisbergsalat, dazu ein Brötchen^(a1)
Vegetarische Frühlingsrolle^(a1,f) mit Salat, dazu süß-sauer Dip

- Montag, 21.09.** vegetarische Tortellini^(a1) mit Tomatensauce und Reibekäse^(g),
zum Nachtisch Obst
- Dienstag, 22.09.** Gyros von der Pute mit Tzatziki^(g), dazu Reis (Bio Reis) und Weißkrautsalat
- Mittwoch, 23.09.** Gemüseschnitzel^(a1,i) mit Petersiliensauce^(g) und Kartoffeln,
zum Nachtisch Fruchtquark^(g)
- Donnerstag, 24.09.** Fischfrikadelle^(a1,c,d) vom Seelachs (MSC-Seelachs) mit Remouladensauce^(c,j)
und Kartoffelpüree^(g,3), dazu Rohkost
- Freitag, 25.09.** Penne^(a1,c,g) „Carbonara“ (Bio Nudeln, Putenschinken) mit geriebenem Käse^(g),
dazu Salat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing)



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 Farbstoffen (2) mit Konservierungsstoffen (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



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK