

ESS | **PLAN 18.08. – 22.08.2025**

HERMANN-HESSE SCHULE

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

- Montag, 18.08.** I Geflügelbratwurst^(3,4,6) mit Bratensauce und Kartoffelbrei^(g,3), dazu Rote-Beete-Salat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
II griechische Reismudelpfanne^(a1) mit grünen Oliven, Tomaten und Fetakäse^(g), dazu Rohkost
- Dienstag, 19.08.** I ungarisches Gulasch vom Rind mit Vollkorn Spirellis^(a1) (Bio Nudeln), dazu Rohkost
II bayrische Semmelknödel^(a1,c,g) mit Rahmsauce^(g), dazu Gurkensalat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
- Mittwoch, 20.08.** I Cevapcici vom Rind^(a1,c) mit Ajvarsauce und Reis (Bio Reis), dazu Krautsalat zum Nachtisch Obst
II Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit Gemüsebolognese, dazu Reibekäse^(g) und Salat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
- Donnerstag, 21.08.** I Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit Gemüsebolognese, dazu Reibekäse^(g) und Salat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
II Klare Gemüsebrühe⁽ⁱ⁾ als Vorspeise, Kaiserschmarrn^(a1,c,g) mit Puderzucker (Bio Zucker), dazu Obst
- Freitag, 22.08.** I paniertes Backfischfilet^(a1,d) mit Kräuterdip^(g), Kohlrabigemüse und Reis (Bio Reis)
II Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit Gemüsebolognese, dazu Reibekäse^(g) und Salat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))



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 Nudeln, Reis, Bulgur, Couscous, Grieß, Soja und Zucker immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK