

ESS | PLAN 11.05. – 15.05.2026

## HEINRICH-MANN-SCHULE

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

**Köttbular (Rind)**, mit Joghurtdip<sup>(g)</sup> auf Salatrand, dazu Baguette<sup>(a1)</sup>

**Griechischer Salat** mit Feta<sup>(g)</sup> Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Paprika, rote Zwiebeln und Oliven, dazu ein Brötchen<sup>(a1)</sup>

**Montag, 11.05.** paniertes Geflügelschnitzel<sup>(a1,c)</sup> mit Rahmsauce<sup>(g)</sup>, Erbsen-Möhren-Gemüse und Reis (Bio Reis)

**Dienstag, 12.05.** Klare Brühe<sup>(i)</sup> mit Gemüse und Nudleinlage<sup>(a1)</sup> (Bio Nudeln) als Vorspeise, danach Reibekuchen<sup>(a1,c)</sup> mit Apfelmus<sup>(3)</sup>

**Mittwoch, 13.05.** Spaghetti<sup>(a1)</sup> „Napoli“ (Bio Nudeln) mit geriebenem Käse<sup>(g)</sup>, dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)

**Donnerstag, 14.05. Christi Himmelfahrt**

**Freitag, 15.05. Beweglicher Ferientag**



**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**