

ESS | **PLAN** 25.05. – 29.05.2026

HEINRICH-MANN-SCHULE

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

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

Montag, 25.05. Pfingstmontag

Dienstag, 26.05. Chili con Carne vom Rind (Kidneybohnen, Mais, Tomaten und Paprika),
dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k) und Obst

Mittwoch, 27.05. Käsespätzle^(a1,g) (Bio Nudeln) mit Röstzwiebeln^(a1), dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)

Donnerstag, 28.05. Karottensuppe^(g) zur Vorspeise,
dann Kaiserschmarrn^(a1,c,g) mit Apfelkompott⁽³⁾

Freitag, 29.05. Kibbelinge vom Seelachs^(a1,c,d) mit Remoulade^(i,c) und Salzkartoffeln,
dazu Salat (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