

ESS | PLAN 22.06. – 26.06.2026

HEINRICH-MANN-SCHULE

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

Hähnchenspieß mit Wedges, dazu Kräuterquark Dip^(g)

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

Montag, 22.06. Fleischkäse^(2,3,5) von der Pute mit brauner Sauce, Bratkartoffeln, dazu Salat⁽ⁱ⁾ (Essig-Öl-Dressing)

Dienstag, 23.06. Gemüse- Reispfanne (Bio Reis) mit Tomaten- Kräutersauce⁽ⁱ⁾, zum Nachtisch Obstquark^(g) (Bio Zucker)

Mittwoch, 24.06. Schwäbische Gemüseaultaschen^(a1,c,g) mit Schnittlauchsauce^(g), dazu Rohkost

Donnerstag, 25.06. Hähnchenbrust „Natur“ mit Rahmsauce^(g) und Langkornreis (Bio Reis), dazu Rohkost

Freitag, 26.06. Schöne Ferien



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