

ESS | PLAN 01.09. – 05.09.2025

HERMANN-HESSE-SCHULE

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

- Montag, 01.09.** I Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce^(g), dazu Kartoffeln und Gemüse der Saison
II vegetarische Gnocchi^(c) mit Tomatensauce, dazu Rohkost
- Dienstag, 02.09.** I Rindergulasch mit Paprika und Zwiebeln, dazu Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) und Salat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
II vegetarische Gemüse-Reis-Pfanne (Bio Reis), dazu Karottensalat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
- Mittwoch, 03.09.** I Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) mit Lachs- Sahnesauce^(d,g) (MSC- Lachs), dazu Salat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
II Spaghetti^(a1) „Napoli“ (Bio Nudeln) mit geriebenem Käse^(g), dazu Salat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
- Donnerstag, 04.09.** I sommerlicher Gemüseeintopf⁽ⁱ⁾ mit Wursteinlage^(1,3,6) (Geflügel), dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k), zum Nachtisch gesüßter Naturquark^(g) (enthält Bio Zucker)
II Kartoffeltasche^(g) mit Frischkäse^(g) gefüllt, dazu Tomatensauce, zum Nachtisch gesüßter Naturquark^(g) (enthält Bio Zucker)
- Freitag, 05.09.** I Hirtenrolle (Rind und Schwein) mit mediterraner Sauce und Reis (Bio Reis), dazu Krautsalat (Essig-Öl-Dressing^(i,j))
II Kaisergemüse⁽ⁱ⁾ mit kaltem Sauerrahm-Dip^(g) und Salzkartoffeln, zum Nachtisch Obst



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