

ESS | PLAN 08.09. – 12.09.2025

HERMANN-HESSE-SCHULE

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

- Montag, 08.09.** I Backfisch^(a1,d) mit kalter Kräutersauce^(g), dazu Kartoffeln, zum Nachtisch Obst
II Falafel- Döner^(a1) mit knackigem Salat und Joghurtsauce^(g)
- Dienstag, 09.09.** I Cordon Bleu^(a1,c,g) (Schwein), dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln^(g,3)
II Blumenkohlmedaillon^(a1,i) mit Tomatensauce und Nudeln (Bio Nudeln), dazu Tomatensalat
- Mittwoch, 10.09.** I Geflügelbällchen^(a1,c) mit Rahmsauce^(g) und Reis (Bio Reis)
dazu Rote Beete Salat
II Penne^(a1,g) „al Funghi“ (Pilzrahmsauce, Bio Nudeln), dazu Reibekäse^(g) und Rohkost
- Donnerstag, 11.09.** I Putenragout in Paprika- Maissauce, dazu Nudeln^(a1) (Bio Nudeln), zum Nachtisch Fruchtquark^(g)
II Kürbiscremesuppe^(g,i) mit Vollkornbrötchen^(a1,a2,k), zum Nachtisch Fruchtquark^(g)
- Freitag, 12.09.** I Frikadelle^(a1,c) vom Rind mit Tomatensauce, Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln
II Eierpfannkuchen^(a1,c,g) an Beerensauce, dazu Rohkost



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