

ESS | **PLAN 15.12. – 19.12.2025**

ESSWERK

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

- Montag, 15.12.** gedämpfte Kartoffeln mit Kaisergemüse, dazu Kräuterquark^(g), zum Nachtisch Obst
- Dienstag, 16.12.** Chili con Carne vom Rind mit roten Bohnen und Paprika, dazu Vollkornbrötchen^(a1,a2,k) und zum Nachtisch Obstquark^(g) (enthält Bio Zucker)
- Mittwoch, 17.12.** Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) „Napoli“, dazu Reibekäse^(g) und Salat (Essig-Öl-Dressing)
- Donnerstag, 18.12.** Seelachs^(d) „Natur“ mit Schnittlauchsauce^(g,i), dazu Reis (Bio Reis) und Blumenkohl Gemüse
- Freitag, 19.12.** Chicken-Nuggets^(a1,c) mit Curry-Dip, dazu Kartoffelspalten und Karottensalat



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 Reis, Nudeln, Grieß, Cous-Cous, Zucker, Erbsen, Linsen, Soja immer in biologische Qualität



*DE-ÖKO-012 aus EU-/ nicht EU-Landwirtschaft / Kontrollstelle



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK