

ESS | **PLAN 16.02. – 20.02.2026**

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, 16.02. Gnocchi mit Gorgonzolasauce^(g), dazu Rohkost

Dienstag, 17.02. Geflügel-Hacksteak^(a1,c,g,i) mit Bratensauce, Bohnengemüse und Salzkartoffeln

Mittwoch, 18.02. Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) mit Tomatensauce und Käse^(g),
zum Nachtisch Vanillepudding^(g) (enthält Bio Zucker)

Donnerstag, 19.02. Köttbullar^(a1,c) vom Rind mit Mexicosauce (Mais, Paprika), dazu Vollkornreis (Bio Reis)
und zum Nachtisch Obst

Freitag, 20.02. Tagliatelle^(a1) (Bio Nudeln) mit Lachs-Sahne-Sauce^(d,g) (MSC-Lachs),
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



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK