

# SPEISEPLAN / GRUNDSCHULE

Glutenfrei



MONAT : Januar 2022

Woche	Essen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
03.01. bis 07.01.	I  II	<b>Nudeleintopf</b> mit Rindfleisch, Karotten, Erbsen, dazu Vollkornbrot, Pudding F,I,J,G	<b>Thüringer Bratwurst</b> (Schwein) mit Sauerkraut, Kartoffel- püree, dazu Senf F,I	<b>gemischter Gulasch</b> mit Butternudeln, dazu Rohkostsalat F,G,I	<b>Brokkoli-Kohlragemüse</b> mit Rahmkartoffeln Obst F,G	<b>Vanillereisbrei</b> mit Zucker und Zimt, dazu Pfrischwürfel G
10.01. bis 14.01.	I  II	<b>Brechbohnen Eintopf</b> mit Kasserleifisch, dazu Vollkornbrot, Quarkspeise a1,I,F	<b>Hähnchenbrust natur</b> mit Soße, Schwarzwurzel, dazu Kartoffeln c,G,I,J	<b>Schweinegulasch</b> mit Rahmsoße und Spiralen, Wachsbrechbohnen Salat G	<b>Bratklops vom Schwein</b> mit Soße und Brokkoli, Salzkartoffeln, Obst F,G,I,J	<b>Seelachsfilet natur</b> mit Senfsoße und Kartoffeln, Rohkostsalat c,F,G,I
17.01. bis 21.01.	I  II	<b>Nudelsuppe</b> mit Hühnerfleisch und Gemüse, Roggenbrötchen, Joghurt c,G,I,J	<b>Zucchinipfanne</b> Gehacktes, Zucchini, Tomaten- soße, dazu Nudeln, Obst F,I	<b>Königsberger Klopse</b> (Schwein) mit Kapernsoße, Kartoffeln, Rote Beete Salat 10,5,C,F,G,I	<b>Rührei</b> mit Rahmspinat und Kartoffeln, dazu Obst a1,C,F,G,I,J	<b>Putenbraten</b> mit Erbsengemüse, Soße und Kartoffelpüree a1,F,G,I,J
24.01. bis 28.01.	I  II	<b>Erbseneintopf</b> mit Kasserleifisch, Kartoffelwürfel, Vollkornbrot, Pudding I,F	<b>gedünstetes Putenfilet</b> mit Rahmsoße, dazu Pariser Karotten, Kartoffeln I,F	<b>Bratwurst</b> auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree dazu Senf/Ketchup F,G,I,J,4	<b>Paprikarahmschnitzel natur</b> mit Paprikarahmsoße dazu Kartoffeln, Farmersalat c,F,G,I	<b>Gedünsteter Seelachs</b> in Dillsöße mit Salzkartoffeln Karottenrohkost 5,F,G,I
31.01.		<b>Frischer Möhre Eintopf</b> mit Petersilie, Kartoffeln, Sellerie Lauch, Brötchen, Quarkspeise G,F				

- 1) mit Farbstoff  
2) mit Konservierungsstoff  
3) mit Geschmacksverstärker  
4) mit Phosphat  
5) mit Süßungsmittel  
6) mit Antioxidationsmitteln  
7) gewachst  
8) kann Gräten enthalten  
9) mit Natriumpikelsalz  
10) gebunden mit Johanniskeimemehl  
oder Guarkeimemehl

- Allergene:**  
A= Gluten  
a1= Weizen  
a2= Roggen  
a3= Gerste  
a4= Hafer  
B= Krebstiere  
C= Eier  
D= Fisch  
E= Erdnüsse  
F= Soja  
G= Lactose  
h1= Mandeln  
h2= Haselnüsse  
h3= Walnüsse  
h4= Kaschunüsse  
h5= Pecannüsse  
h6= Paranüsse  
h7= Pistazien  
h8= Macadamia  
I= Sellerie  
J= Senf  
K= Sesamsamen  
L= Schwefeldioxid  
M= Lupinen  
N= Weichtiere  
X= kann Spuren von Allergenen  
enthalten

Hotline für Zu- und Abbestellungen : Tel. 03621 / 5144612 o. 613 Fax 03621/ 5144629