

# SPEISEPLAN DER TROGATA ASSELBACHSCHULE



## KALENDERWOCHE 37: 09.09.2024-13.09.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Hauptgericht</b>	Chili sin Carne mit Soja-Hack, Mai, Kidneybohnen, Tomaten und Bio-Zwiebeln 1,1c,6,10 dazu Vollkornreis	Lachswürfel in Zitronen-Dill-Sauce 1,3,4,7 dazu Pasta 1 und Erbsen „natur“	Hähnchenbrust „natur“ in Zucchinisauce 1 dazu Langkornreis	4 veg. Nuggets auf Reisbasis 1,1a,1c,h mit Salzkartoffeln und Süß-Saure-Sauce „kalt“ 1,10 dazu Blattsalat und Essig-Öl-Dressing 10	Eier-Spätzle 1,3 mit Käsesauce dazu Blattsalat und Joghurt-Dressing 1,1a,3,7,10
<b>Vegetarische Alternative</b>		Möhren-Kokos-Curry mit roten Linsen und Bio- Zwiebeln 1,7,10 dazu Langkornreis	Tomatencremesuppe mit Bio-Tomaten, Reisnudel-Einlage und Bio-Leinsamen 1,1a,3,7 dazu Vollkorntoast 1,1a		
<b>Dessert</b>	Frischobst	Apfelquark 7,c	Frischobst	Möhrensticks	Vanillepudding 7

## INHALTSSTOFFE

1 = Weizen  
1e = Hafer  
5 = Erdnüsse  
8b = Haselnuss  
8g = Pistazien  
11 = Sesam  
b = mit Konservierungsstoff /  
mit Nitritpökelsalz  
g = gewachst

1a = Gluten  
1f = Kamut  
6 = Soja  
8c = Walnuss  
8h = Macadamia  
12 = Sulfite  
c = mit Antioxidationsmittel  
h = mit Phosphat

1b = Roggen  
2 = Krebstiere  
7 = Milch (einschl. Laktose)  
8d = Cashewnuss  
8i = Queenslandnuss  
10 = Lupinen  
d = mit Geschmacksverstärker  
i = mit Süßungsmittel(n)

1c = Gerste  
3 = Ei  
8 = Schalenfrüchte  
8e = Pekannuss  
9 = Sellerie  
14 = Weichtiere (+ Erzeugnisse)  
e = geschwefelt  
j = enthält Phenylalaninquelle

1d = Dinkel  
4 = Fisch  
8a = Mandeln  
8f = Paranuss  
10 = Senf  
a = mit Farbstoff  
f = geschwärzt

Änderungen vorbehalten