

SPEISEPLAN DER TROGATA ASSELBACHSCHULE



KALENDERWOCHE 11 10.03.2025-14.03.2025

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---------------------------------|--|---|---|--|--|
| Hauptgericht | Tomatencremesuppe mit Bio-Tomaten, dazu Reismudeln-Einlage und Bio-Leinsamen (EI, WZ, ML, GG) dazu eine Scheib Vollkorntoast (GG,WZ) | Grüne Spinat-Tortellini mit Karotten-Tomate-Füllung in Käsesauce (ML, GG, WZ,35,7) dazu Maissalat in Essig-Öl-Dressing (GL) | Nudelgratin mit Mozzarella überbacken (GG, WZ, EI) dazu Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing (SE) | Weißer Bohnen in Tomatensauce (GG, WZ) dazu Vollkorn-Pasta (GG, WZ) und Blattsalat mit Joghurt-Dressing (GG, WZ, EI, SE, ML, SU,2) | Soja-Bolognese mit Soja-Hack, Bio-Tomaten, Kidneybohnen, Möhren, Sellerie und Lauch (SL, GG, GE, SO, WZ) dazu Pasta (GG, WZ) und Blattsalat mit Joghurt-Dressing(GG, WZ,EI, SE, ML, SU, 2) |
| Vegetarische Alternative | | | | | |
| Dessert | Zitronenjoghurt (ML) | Frischobst | Möhrensticks | Schokopudding (ML) | Frischobst |

INHALTSSTOFFE

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| GG = Gluten HF = Hafer EN = Erdnüsse HN = Haselnuss PI = Pistazien SM = Sesam 1 = mit Konservierungsstoff 32 = mit Nitritpökelsalz 33 = mit Nitrat 24 = mit Nitrat & Nitritpökelsalz | WZ = Weizen KA = Kamut SO = Soja WN = Walnuss MQ = Macadamia/Queenslansnuss SU = Sulfite 2 = mit Antioxidationsmittel 16 = mit Phosphat 53-70 =enthält Tafelsüße | RO = Roggen HY =Hybridstämme KT = Krebstiere ML = Milch (einschl.Laktose) KN = Cashewnuss LU = Lupinen 3 = mit Geschmacksverstärker 4 = mit Süßungsmittel(n) 14 = gewachst | GE = Gerste EI = Ei SF = Schalenfrüchte PC = Pekannuss SL = Sellerie WT = Weichtiere (+ Erzeugnisse) e = geschwefelt 10 = enthält Phenylalaninquelle 11 = evt. Abführend bei übermäßigem Verzehr | DI = Dinkel FI = Fisch MA = Mandeln PA = Paranuss SE = Senf 12 = mit Farbstoff 15 = geschwärzt 7 = mit (einer Zuckerart(en))& Süßungsmittel(n) |
|---|--|--|--|---|

Änderungen vorbehalten