

SPEISEPLAN DER TROGATA ASSELBACHSCHULE



KALENDERWOCHE 02

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Ofen Kartoffeln mit frischen Kräutern (10) dazu Tomatenragout und Erbsen	Vegane Bolognese mit Soja-hack, roten Linsen, Bio-Tomaten, Möhren, Sellerie und Lauch (1,6,9) dazu Vollkorn-Pasta	Hähnchenbrust in Bratensauce (1,12, a) dazu Langkornreis und Bio-Brechbohnen	Makkaroni (1) mit Tomaten-Kräuter- Sauce (1) dazu Blattsalat in Essig-Öl-Dressing (10)	Spirelli (1) in Käsesauce (1,7) dazu Blattsalat mit Essig-Öl -Dressing
Vegetarische Alternative			Vegane Fischstäbchen auf Reisbasis (1,1a) dazu Salzkartoffeln und Spinat		
Dessert	Zitronenjoghurt (7)	Frischobst	Möhrensticks	Vanillepudding (7)	Frischobst

INHALTSSTOFFE

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

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