

SPEISEPLAN DER TROGATA ASSELBACHSCHULE



KALENDERWOCHE 49: 02.12.2024-06.12.2024

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---------------------------------|---|---|--|--|--|
| Hauptgericht | Ofenkartoffeln (SE) mit Kräuterquark (ML, GG, WZ, EI, SE) dazu Weißkohlsalat | Lachswürfel in Zitronen- Dill-Sauce (FI, ML, GG, WZ, EI) dazu Pasta (GG) und Erbsen „natur“ | Hähnchenbrust „natur“ in Bratensauce (GG, WZ, SU, 12) dazu Langkornreis und Fingermöhren „natur“ | Eierpfannkuchen (GG, WZ, EI, ML) dazu rote Grütze „kalt“ | Eier-Spätzle (EI, GG, WZ) mit Käsesauce (ML, GG, WZ) dazu Blattsalat mit Joghurt-Dressing (GG, WZ, EI, SE, ML, SU, 2) |
| Vegetarische Alternative | | Möhren-Kokos-Curry mit roten Linsen und Zwiebeln (GG, WZ, SE) dazu Vollkornreis | Tomatencremesuppe mit Bio-Tomaten, Reismudel- Einlage und Bio- Leinsamen (EI, WZ, ML, GG, WZ) dazu Mehrkornbrot (GG, WZ, RO, GE, HF, SM) | | |
| Dessert | Frischobst | Vanillepudding (ML) | Frischobst | Möhrensticks | Apfelquark |

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