

SPEISEPLAN DER TROGATA ASSELBACHSCHULE



KALENDERWOCHE 45; 04.11.2024-08.11.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Ofenkartoffeln (SE) dazu Kräuterquark (ML, GG, WZ, EI, SE) und Möhrensalat in Joghurt-Dressing (GG, WZ, EI, SE, ML, SU, 2)	Möhren-Kokos-Curry mit roten Linsen und Zwiebeln (GG, WZ, SE) dazu Vollkornreis	Hähnchenbrust „natur“ in Bratensauce (GG, WZ, SU, 12) dazu Langkornreis sowie Rotkohl-Apel-Salat in Essig-Öl-Dressing (SE, 2)	3 Eierpfannkuchen (GG, WZ, EI, ML) dazu Rote Grütze „kalt“	4 veg. Nuggets auf Reisbasis (GG, GE, WZ, GE, 16) dazu Tomatenreis und Erbsen „natur“
Vegetarische Alternative			Tomatencremesuppe mit Bio-Tomaten, Reisnudel-Einlage und Bio-Leinsamen (EI, WZ, ML, GG) dazu Mehrkornbrot (GG, WZ, RO, GE, HF, SM)		
Dessert	Frischobst	Apfelquark (ML)	Frischobst	Möhrensticks	Vanillepudding (ML)

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)

