

ESS | PLAN 30.01. – 03.02.2023

EPPSTEIN-SCHULE

Es kocht für Sie: ESSWERK / Tel. 069/83009786-0

- Montag, 30.01.** I Bifteki vom Rind^[a1,c,g] mit Tomatensauce und Reis (Bio Reis), dazu Rote Beete Salat
II Vollkornnudeln^[a1] (Bio Nudeln) mit Blattspinat und Tomatensauce, dazu Reibekäse^[g] und Rohkost
- Dienstag, 31.01.** I Geflügelstreifen in Rahmsauce^[g] mit Nudeln^[a1] (Bio Nudeln) und Chinakohlsalat
II Vegetarisches Gyros^[f] (Bio Soja) mit Zaziki^[g] und Reis (Bio Reis), dazu Tomatensalat
- Mittwoch, 01.02.** Kein Essen
- Donnerstag, 02.02.** I Fischnuggets^[a1,c,d] vom Seelachs (MSC- Seelachs) mit Remouladensauce^[c,i] und Salzkartoffeln, dazu Rohkost
II Tomatencremesuppe^[g], als Vorspeise
danach Eierpfannkuchen^[a1,c,g] mit warmer Kirschsauce (enthält Bio Zucker)
- Freitag, 03.02.** Kein Essen

Änderungen vorbehalten



Allergenkennzeichnung :

(a) Glutenhaltiges Getreide: (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Gerste, (a4) Hafer, (a5) Dinkel, (a6) Kamut
(b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse, (f) Soja, (g) Milch incl. Laktose, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesamsamen, (l) Schwefeldioxid, und Sulfite, (m) Lupine, (n) Weichtiere
(h) Schalenfrüchte: (h1) Mandeln, (h2) Haselnüsse, (h3) Walnüsse, (h4) Cashewnüsse, (h5) Pecanüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

Zusatzstoffe:

(1) mit Farbstoffe (2) mit Konservierungsstoffe (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

Verwendung von Reis, Nudeln, Grieß, Cous-Cous, Zucker, Erbsen, Linsen, Soja immer in biologische Qualität



aus EU-/ nicht EU-Landwirtschaft / Kontrollstelle DE-ÖKO-012



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK