

ESS | PLAN 21.06. – 25.06.2021

EPPSTEIN SCHULE

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

- Montag, 21.06.** I Texasragout mit Rindfleisch, Kartoffeln, Kidneybohnen und Mais, dazu Sauerrahm^(g) und Salat
II Vegetarische Gnocchi^(a1) mit Käse-Sahnesauce^(g), dazu Salat
- Dienstag, 22.06.** I Backfischfilet^(a1,d) mit Kräuterdip^(g), Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln
II Vegetarische Reispfanne (Bio Reis) mit Gemüse (Zucchini, Lauchzwiebeln, Möhren) und Fetakäse^(g), dazu Tomatensauce, als Nachtisch Obstsalat
- Mittwoch, 23.06.** Kein Essen
- Donnerstag, 24.06.** I Rindergoulasch mit Zwiebeln und Penne^(a1) (Bio Nudeln), dazu Salat
II Selleriebratling^(a1,i) mit Petersiliensauce^(g) und Dampfkartoffeln
- Freitag, 25.06.** 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

*unter Verwendung von Reis, Nudeln, Grieß, Cous-Cous, Bulgur, Hirse, Graupen, Falafel, Brot, Zucker aus biologischem Anbau



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



aus dem nährstoffoptimierten Speiseplan der Deutschen Gesellschaft für Ernährung

Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK