


ESS | PLAN 15.01. – 19.01.2018

## LEIBNIZ SCHULE

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

**Geflügelfrikadelle**<sup>[a,g]</sup> auf Krautsalat mit Tzaziki<sup>[g]</sup>, dazu Brötchen<sup>[a]</sup>  
**Ofenkartoffel** mit Quark<sup>[g]</sup> auf Salatrand  
**Schnitzelbrötchen**<sup>[a,g]</sup> (Pute), belegt mit Salat, Tomate und Remouladensauce<sup>[c,i]</sup>  
**Pizza Margherita**<sup>[a,g]</sup> mit Tomatensauce und Käse  
**Pizza Salami**<sup>[a,g,2,3,5]</sup> (Schwein) mit Tomatensauce und Käse

- Montag, 15.01.** I Kartoffelpfanne (aus Rindswurst<sup>[2,3,6]</sup>, Paprika, Zwiebel, Lauch) mit BBQ-Sauce<sup>[i]</sup>, dazu Obst  
 Gemüsebratling<sup>[i]</sup> mit Tomatensauce und Vollkornpenne<sup>[a]</sup> (Bio Nudel), als Nachtisch Obst
- Dienstag, 16.01.** I Cevapcici<sup>[a,c,i]</sup> (Rind) mit Joghurdip<sup>[g]</sup>, dazu Djuvec-Reis (Bio Reis) und Salat  
 II Gnocchi<sup>[a,c]</sup> mit Spinat und Tomatenwürfel, dazu Reibekäse<sup>[g]</sup> und Obst
- Mittwoch, 17.01.** I Putengeschnetzeltes<sup>[g]</sup> „Zürcher Art“ mit Brokkoli und Spätzle<sup>[a,c]</sup> (Bio Nudeln)  
 II Kartoffeltaschen<sup>[g]</sup> mit Frischkäse<sup>[g]</sup> gefüllt, dazu Tomatensauce und Brokkoli
- Donnerstag, 18.01.** I Fisch-Nuggets<sup>[a,d]</sup> mit süß-saurer Sauce und Reis (Bio Reis), dazu Rohkost  
 II Nudelgemüseauflauf<sup>[a,g,i]</sup> (Bio Nudeln) mit Bechamelsauce<sup>[g]</sup> und Rohkost
- Freitag, 19.01.** I Geflügelfleischspieß „Hawaii“ mit Currysauce<sup>[g]</sup> und Reis (Bio Reis), dazu Erbsengemüse  
 II Rührei<sup>[c]</sup> mit Rahmspinat<sup>[g]</sup> und Salzkartoffeln



**Änderungen vorbehalten**

**Allergenkennzeichnung :**

(a) Glutenhaltiges Getreide (b) Krebstiere (c) Eier (d) Fisch (e) Erdnüsse (f) Soja (g) Milch incl. Laktose (h) Schalenfrüchten (i) Sellerie und Sellerieerzeugnisse (j) Senf (k) Sesamsamen (l) Schwefeldioxid und Sulfite (m) Lupine (n) Mollusken

**Zusatzstoffe:**

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

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



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



aus dem nährstoffoptimierten Speiseplan der Deutschen Gesellschaft für Ernährung

**Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK**