

ESS | **PLAN 22.01. – 26.01.2018**

## 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,j]</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, 22.01.** I Hähnchen Geschnetzeltes<sup>[g]</sup> mit Klößen und Kohlrabi Gemüse  
 II Kartoffel- Wirsingauflauf<sup>[g]</sup> mit geräuchertem Tofu<sup>[f]</sup>, Obst

**Dienstag, 23.01.** I Hähnchenspieß mit Erdnussauce<sup>[e]</sup> und Basmatireis (Bio Reis) , dazu Salat  
 II Klare Brühe als Vorspeise<sup>[i]</sup>  
 Milchreis<sup>[g]</sup> (Bio Reis) mit Zucker (Bio Zucker) und Zimt

**Mittwoch, 24.01.** I Rinderfrikadellen<sup>[a,c]</sup> mit Rahmsauce<sup>[g]</sup>, Rotkohl und Kartoffeln  
 II Kartoffel- Gemüseauflauf<sup>[g]</sup> mit Bechamelsauce<sup>[g]</sup>

**Donnerstag, 25.01.** I Penne<sup>[a]</sup> (Bio Nudeln) mit Thunfisch- Tomatensauce<sup>[d]</sup> und geriebenen Käse<sup>[g]</sup>,  
 dazu Salat  
 II Gemüselasagne<sup>[a,g]</sup> (Bio Nudeln) mit Tomatensauce, dazu Salat

**Freitag, 26.01.** I Cordon Bleu<sup>[a,c,g]</sup> vom Schwein mit einer Zitronenscheibe, dazu Risoleekartoffeln  
 an Rahmblumenkohl<sup>[g]</sup>  
 II Bunter Gemüseintopf<sup>[i]</sup> mit einem Vollkornbaguette<sup>[a]</sup>



**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**