

ESS | **PLAN 29.01. – 02.02.2018**

## LEIBNIZ SCHULE

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

**Thunfischsalat**<sup>[d]</sup> mit Tomate, Gurke, roten Zwiebeln, Mais, grünen Oliven, Ei<sup>[c]</sup>, frischer Petersilie, dazu ein Brötchen<sup>[a]</sup>  
**Frühlingsrolle, vegetarisch**<sup>[a,f]</sup> mit Salat, dazu süß-sauer Dip  
**Weichkäsebaguette**, mit Butter<sup>[g]</sup> bestrichenes Baguettebrötchen<sup>[a]</sup>, Weichkäse<sup>[g]</sup>, rote Zwiebel und Salat  
**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, 29.01.** I Ungarische Gulaschsuppe (Rind) mit einem Vollkornbrötchen<sup>[a]</sup>, dazu Salat  
 II Brokkoli- Nussecke<sup>[a,e]</sup> mit brauner Sauce und Reis (Bio Reis), dazu Salat

**Dienstag, 30.01.** I Tagliatelle<sup>[a]</sup> (Bio Nudeln) mit einer Lachs- Sahne-Sauce<sup>[d,g]</sup>, dazu Chinakohlsalat  
 II Gemüsefrikadelle<sup>[a,g]</sup> mit Tomatensauce und Risibisi (Bio Reis),  
 dazu Chinakohlsalat

**Mittwoch, 31.01.** I Putenschnitzel Natur mit Reis (Bio Reis) und Karotten-Erbsegemüse  
 II Kartoffeltaschen mit einer Frischkäsefüllung<sup>[g]</sup>, dazu Tomatensauce und  
 Karotten-Erbsegemüse, als Nachtisch Vanillepudding

**Donnerstag, 01.02.** I Geflügelbratwurst<sup>[i,j]</sup> mit Bratensauce, Sauerkraut und Kartoffelpüree<sup>[g,3]</sup>  
 II 2 Semmelknödel<sup>[a,c]</sup> mit Champignon- Rahm-Sauce<sup>[g]</sup>, dazu Rohkost

**Freitag, 02.02. Zeugnisausgabe – kein Essen**



### 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**