

ESS | **PLAN 24.08. – 28.08.2026**

HEINRICH-MANN-SCHULE

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

Hähnchenspieß mit Wedges, dazu Kräuterquark Dip^(g)

Griechischer Salat mit Feta^(g) Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Paprika, rote Zwiebeln und Oliven, dazu ein Brötchen^(a1)

Montag, 24.08. Geflügelhacksteak^(a1,c) mit Champignonsauce^(g), dazu Reis (Bio Reis) und Salat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing)

Dienstag, 25.08. gebackene Kibbelinge^(a1,d) (MSC-Seelachs) mit Dillsauce^(g) und Wedgeskartoffeln, dazu Rohkost

Mittwoch, 26.08. Chili con Carne vom Rind mit Kidneybohnen, Mais, Tomaten und Paprika, dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k)

Donnerstag, 27.08. vegetarische Tortellini^(a1) mit Tomatensauce und Reibekäse^(g), zum Nachtisch Obst

Freitag, 28.08. Karottensuppe^(g) mit einem Vollkornbrötchen^(a1,a2,k), zum Nachtisch gesüßter Quark^(g)



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) Pecannüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

Zusatzstoffe:

(1) mit Farbstoffen (2) mit Konservierungsstoffen (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

Verwendung von Nudeln, Reis, Bulgur, Couscous, Grieß, Soja und Zucker immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK