

ESS | **PLAN 31.08. – 04.09.2026**

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, 31.08. vegetarische Gnocchi^(c) mit Käse-Sahne-Sauce^(g), dazu Rohkost

Dienstag, 01.09. Rindergulasch mit Paprika und Zwiebeln, dazu Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) und Salat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing)

Mittwoch, 02.09. Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) mit Lachs-Sahne-Sauce^(d,g) (MSC- Lachs), dazu Salat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing)

Donnerstag, 03.09. Geflügelwiener⁽⁵⁾ mit Ketchup und Twisterkartoffeln, dazu Rohkost

Freitag, 04.09. Curry-Gemüse (Bio Reis, Blumenkohl, Brokkoli, Karotten), dazu Karottensalat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing) und Obst



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