

Woche 18.12.-22.12.2017 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Schule an der Strauchwiese

<b>Montag</b>	Klassik	Wurstgoulasch (1,2,21,22,25) vom Schwein (mit Bio-Paprika, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebelwürfeln, Bio-Vollkornmehl) Bio-Spirellis (1)	kcal: 421 F: 10.63	E: 18.99 KH: 60.42
	Veggie			
	Vital	Linseneintopf (21,22) mit frischem Wurzelgemüse (Bio-Karotten, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und Kartoffelwürfel und eine Scheibe Vollkornbrot (1,2,3)	kcal: 437 F: 4.21	E: 24.16 KH: 73.32
	Frische-Bar	frisches Obst der Saison		
<b>Dienstag</b>	Klassik	Feiner Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter) mit einer Rahmsauce (1,2,12,21,22) (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Käse) und dazu Buttererbsen (12) (Bio-Butter)	kcal: 437 F: 18.96	E: 9.21 KH: 54.16
	Veggie	Gemüsegoulasch (1,2,6,21,22) (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio Blumenkohl, Bio -Grünkern, Bio Möhren, Bohnen, Erbsen) mit Bio Reis	kcal: 385 F: 10.77	E: 10.52 KH: 61.41
	Vital			
	Frische-Bar	Weißkrautsalat		
<b>Mittwoch</b>	Klassik			
	Veggie	Bohnenragout (1,2,21) von grünen, gelben Bohnen (mit Bio-Karotten, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und dazu Kartoffelstampf (12) (mit Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 397 F: 15.82	E: 7.79 KH: 52.81
	Vital	Bio-Makaronellis (1) in einer gekräuterten Tomatensauce (1,2,21,22) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und dazu geriebener Käse (12)	kcal: 426 F: 9.34	E: 15.54 KH: 67.84
	Frische-Bar	Himbeer-Joghurt (12)		
<b>Donnerstag</b>	Klassik			
	Veggie			
	Vital	Geflügel - Nudleintopf (1,2,21,22) mit Gemüse (Bio-Blumenkohl, Kaiserschoten, Bio-Karotten, Erbsen, Bio-Sellerie, Bohnen, Bio Nudeln)	kcal: 379 F: 4.03	E: 22.63 KH: 61.62
	Frische-Bar	Chinakohl mit Mandarinendressing (12)		
<b>Freitag</b>	Klassik			
	Veggie			
	Vital	Fischstäbchen (1,2,9) auf einem Rahmspinat dazu Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 469 F: 19.09	E: 17.24 KH: 54.02
	Frische-Bar	Sahniger Möhrensalat (12)		

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch, 13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg)

E-Eiweiß  
F-Fett  
KH-Kohlenhydrate

Bei unserer Rohstoffauswahl für die Speisenproduktion wählen wir ausschließlich Produkte, die keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe enthalten.