

Woche 05.03.-09.03.2018 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Schule an der Strauchwiese

Montag	Klassik	Schnitzel (1,2) vom Schwein auf einem Rahm-Mischgemüse (1,2,6,12,21) (Bio-Möhren, Bio-Sahne, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Grünkern, Erbsen), Salzkartoffeln mit frischer Petersilie	kcal: 438 F: 12.62	E: 20.38 KH: 59.5
	Veggie	Gemüse Linsencurry (1,2,6,12,21,22) (Bio-Blumenkohl, Bio-Paprikastreifen, Bio-Möhrenwürfel, Bio-Grünkern, Mais, Erbsen, rote Linsen) mit Bulgur (1,21,22) (Bio Bulgur)	kcal: 365 F: 10.86	E: 12.68 KH: 52.25
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Dienstag	Klassik	Erbsen - Maisgemüse (12) (Bio-Erbsen, Bio-Mais) auf einer Frischkäse - Paprikasauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio Paprika, Bio-Sahne) und dazu Bio Reis	kcal: 294 F: 9.03	E: 7.0 KH: 47.01
	Veggie	Blumenkohl Tomatenragout (1,2,21) (Bio-Blumenkohl, Bio-Tomatenwürfel, Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie) mit Couscous (1,2,21,22) (Bio Couscous)	kcal: 446 F: 7.82	E: 16.58 KH: 74.26
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Mittwoch	Klassik	Wurstgoulasch (1,2,21) vom Hähnchen (Bio Paprika, Bio Sellerie, Bio Tomatenwürfel) Bio-Spirellis (1,2)	kcal: 423 F: 6.54	E: 16.73 KH: 71.84
	Veggie	Bohnenragout (1,2,12,21) von grünen und gelben Bohnen (Bio-Karotten, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Sahne) dazu Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 397 F: 15.82	E: 7.79 KH: 52.81
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Donnerstag	Klassik	Rahmkäse in Spinatgemüse (1,2,12,21,22) (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Sahne) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 370 F: 17.34	E: 8.53 KH: 42.22
	Veggie	Linsensuppe (21,22) (Vorsuppe) (Bio-Karotten, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) Zwei Pan Cakes (1,2,8,12) mit Vanillesauce (12) (Bio-Milch, gemahlener Vanille) und Zimtucker	kcal: 606 F: 17.07	E: 17.51 KH: 93.6
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Freitag	Klassik	Bio-Nudeln (1,2) in einer Rahm-Tomatensauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sahne) mit geriebenem Käse (12)	kcal: 492 F: 13.14	E: 16.06 KH: 75.07
	Veggie			
	Vital	Gebratenes Seelachsfilet (1,2,9) auf einer Dillsauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Käse) mit frischen Karottengemüse (12) und dazu Bio-Langkornreis	kcal: 530 F: 20.13	E: 20.02 KH: 65.15
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		

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.