

Woche 26.02.-02.03.2018 (Änderungen vorbehalten)
Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Schule an der Strauchwiese

Montag	Klassik			
	Veggie	Würziges asiatisches Süß-Sauer-Gemüse (1,2,11,21,22,23) mit (Bio-Gemüsen: Paprika, Champignons, Mungobohnen, Poree, Bohnen, Karotten, Zwiebeln, Blumenkohl) Bio-Reis und frischem Chinakohl	kcal: 327 F: 3.7	E: 7.99 KH: 65.55
	Vital	Bio-Spirellies (1,2) in einer gekräuterten Tomatensauce (1,2,21,22) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie) und dazu geriebener Käse (12)	kcal: 476 F: 9.53	E: 17.34 KH: 77.82
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Dienstag	Klassik			
	Veggie	Tomaten-Erbsenragout (1,2,21) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhrenwürfel, Kichererbsen, Erbsen) mit Vollkornreis	kcal: 374 F: 7.26	E: 13.64 KH: 67.2
	Vital	Gebratenes Hähnchenschnitzel (1,2,8,12) auf einer Bratensauce (1,2,12,21) (Bio-Vollkornmehl) mit Mischgemüse (12) (Bio-Erbsen, Bio-Möhren) und dazu Salzkartoffeln	kcal: 415 F: 9.59	E: 26.35 KH: 53.26
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Mittwoch	Klassik	Kartoffelrahmsuppe (12,21,22) (Bio-Karotten, Bio-Selleriewürfel, Bio-Zwiebeln) dazu ein Wienerwürstchen (21,22) (Schwein)	kcal: 358 F: 26.05	E: 10.22 KH: 20.74
	Veggie	Buntes Gemüse (12) (Bio-Blumenkohl, Bio-Paprika, Erbsen, Mais, Bio-Möhrenwürfel, Bio-Butter) auf einer Frischkäsesauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Käse) mit Salzkartoffeln	kcal: 403 F: 14.93	E: 12.65 KH: 51.63
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Donnerstag	Klassik	Vegetarischer Schmorkohl (1,2,21,22) (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Vollkornmehl, Bio-Karotten) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 395 F: 13.04	E: 8.19 KH: 58.56
	Veggie	Knöpfle (1,6,8) mit einer Spinat-Käsesauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Gouda, Bio-Spinat) dazu ein Tomatendip (12)	kcal: 453 F: 23.08	E: 11.09 KH: 48.34
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse der Saison		
Freitag	Klassik	Ravioli - Pomodoro (1,2,21,22) (Bio Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit italienischen Kräutern und geriebenem Käse (12)	kcal: 417 F: 11.94	E: 13.42 KH: 63.56
	Veggie			
	Vital	Heringssalat (8,9,12,22) in einer Apfel-Joghurtremoulade (Bio-Apfel, Bio-Joghurt) mit Rote und weiße Bete, Gewürzgurken und dazu Salzkartoffeln	kcal: 489 F: 30.51	E: 13.34 KH: 41.57
	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.