

Woche 01.10.-05.10.2018 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Schule an der Strauchwiese

Montag	Klassik	Vegetarische gefüllte Maultaschen (1,2,8,21) in einer Gemüsebrühe (12,21) (Bio-Zwiebeln, Bio-Blumenkohl, Bio-Möhrenwürfel, Bio-Sellerie) mit frischen Kräutern, Vollkornbaguette (1,2)	kcal: 395 F: 18.83	E: 8.01 KH: 45.42
	Veggie	Paprikacremesuppe (1,2,12,21,22) (Vorsuppe) (Bio-Paprika, Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) Süße Vanille-Grießsuppe (1,2,12) (Bio-Milch) und Kirschen	kcal: 473 F: 14.35	E: 18.17 KH: 65.74
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Rote Bete-Apfelsalat (12,26)		
Dienstag	Klassik	Herzhafter Goulasch (1,2,21) vom Rind (Bio-Vollkornmehl, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhren) mit Preiselbeer-Rotkohl, (Bio-Zwiebeln) und hausgemachter Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 338 F: 10.06	E: 15.73 KH: 44.83
	Veggie	Kohlrabieintopf (1,2,12,21,22) mit Rahm, frischem Wurzelgemüse (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhren) dazu Vollkornbaguette (1,2)	kcal: 495 F: 15.45	E: 13.32 KH: 72.69
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Möhrensalat		
Mittwoch	Klassik			
	Veggie			
	Vital			
	Frische-Bar			
Donnerstag	Klassik	Bratwurst (Schwein) (12) auf einer hausgemachten Bratensauce (1,2,12,21) mit buntem Gemüse (12) (Bio-Blumenkohl, Bio-Erbesen, Bio-Möhren) und dazu Petersilienkartoffeln	kcal: 370 F: 4.6	E: 28.95 KH: 50.78
	Veggie	Buntes Gartengemüseragout (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Blumenkohl, Bio-Möhren, Bohnen, Erbsen) auf einer fruchtigen Tomatensauce (Bio-Tomatenwürfel) mit Bio-Reis	kcal: 437 F: 18.97	E: 9.28 KH: 54.16
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Erdbeer-Rhabarberquark (12)		
Freitag	Klassik			
	Veggie	Bohnen - Gemüsetopf (1,6,12,21) (Bio-Grünkern, Bio-Erbesen, Bio-Möhren, Prinzessbohnen, weiße und rote Kidneybohnen) auf einer Paprikasauce (1,2,21,22) (Bio-Paprika, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit Kartoffeln	kcal: 458 F: 15.26	E: 9.58 KH: 70.3
	Vital	Gebratenes Seelachsfilet (1,2,9) auf Rahmwirsing (1,2,12,21) (Bio-Karotte, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 535 F: 22.34	E: 19.94 KH: 59.6
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Gurkensalat		

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.