

Woche 08.04.-12.04.2019 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Schule an der Strauchwiese

Montag	Klassik	Tomatencremesuppe (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Tomaten) mit Vollkornreis und Croutons (1,2) als Einlage	kcal: 473 F: 21.1	E: 18.8 KH: 52.8
	Veggie	Kohlrabi-Möhrenragout (1,2,12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhren, Bio-Gouda) auf Salzkartoffeln	kcal: 364 F: 14.8	E: 9.1 KH: 45.9
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Obst und Gemüse, geschnitten		
Dienstag	Klassik	Hackbällchen (1,2) "Toscana" vom Schwein mit Tomatensauce (1,2,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Tomaten) und Gemüse-Vollkornreis (Bio-Möhren, Bio-Erbesen, Bio-Mais)	kcal: 538 F: 20.0	E: 21.9 KH: 64.9
	Veggie	Rote Beete Rösti (1,2) mit Zitronensauce (1,2,12,21) (Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Zitronen) und Cous-Cous (1,2,21,22) (Bio-Couscous)	kcal: 363 F: 11.7	E: 9.2 KH: 53.4
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Pflaumen-Zimt-Joghurt (12)		
Mittwoch	Klassik	Hausgemachter Kartoffelgratin (12) auf Erbsengemüse (1,2,12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhren)	kcal: 328 F: 19.0	E: 7.5 KH: 31.1
	Veggie	Geschmorter Weißkohl (1,2,21) in einer pikanten Sauce (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Vollkornmehl) und dazu Salzkartoffeln	kcal: 333 F: 6.8	E: 9.0 KH: 57.0
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Römer-Rucculasalat, Buttermilch-Dressing (12)		
Donnerstag	Klassik	Geschmetzeltes vom Rind (1,2,12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Möhren, Bio-Zwiebeln) mit grünen Bohnen (12) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und Salzkartoffeln	kcal: 315 F: 8.8	E: 15.3 KH: 42.4
	Veggie	Blumenkohleintopf (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Blumenkohl, Bio-Möhren, Bio-Blumenkohl) und Sonnenblumenkernbrot (1,2,3)	kcal: 354 F: 8.1	E: 16.4 KH: 51.9
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Heidelbeerquark (12)		
Freitag	Klassik			
	Veggie	Kartoffel-Gemüsegulasch (1,2,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Paprika, Bio-Karotten) mit einem Kräuter-Frischkäsedip (12)	kcal: 388 F: 18.7	E: 8.2 KH: 43.8
	Vital	Wildlachscurry (1,2,9,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Blumenkohl) dazu Reis (Bio-Reis)	kcal: 307 F: 7.0	E: 14.6 KH: 46.6
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Obst und Gemüse, geschnitten		

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.