

Woche 06.05.-10.05.2019 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Schule an der Strauchwiese

Montag	Klassik	Vollkorn-Spirelli (1,2) in einer Spinatsauce (1,2,12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhren, Bio-Spinat) mit geriebenem Käse (12)	kcal: 412 F: 12.8	E: 13.6 KH: 59.0
	Veggie			
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Obst und Gemüse, geschnitten		
Dienstag	Klassik			
	Veggie	Kartoffeltasche mit Frischkäse (12) gefüllt auf Tomaten-Bohnenragout (1,2,21) (Bio-Tomaten, Bio-Mais, Bio-Möhren, Bio-Paprika, Bio-Grünkern, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Zucchini) und einem Kräuterdip (12)	kcal: 326 F: 9.1	E: 8.6 KH: 51.7
	Vital	Wurstgulasch (1,2,21) (Geflügel) (Bio-Sellerie, Bio-Möhren, Bio-Zwiebeln, Bio-Paprika) und dazu Nudeln (1,2) (Bio-Nudeln)	kcal: 427 F: 9.5	E: 15.6 KH: 67.3
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Ananasjoghurt (12)		
Mittwoch	Klassik	Magdeburger Bohnenragout (1,2,12,21) (Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und dazu hausgemachter Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 314 F: 13.1	E: 7.9 KH: 39.1
	Veggie			
	Vital	Hausgemachter Zwiebel (1,2) - Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter) mit einem Erbsengemüse (12) (Bio-Erbsen) und einer Kräuterfrischkäsesauce (1,2,12,21) (Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln)	kcal: 255 F: 8.7	E: 8.4 KH: 34.7
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Blattsalate mit Buttermilch-Zitronen-Dressing		
Donnerstag	Klassik	Kaselerbraten vom Schwein auf eigener Bratensauce (1,2,21) (Bio-Zwiebeln) mit Spreewälder Sauerkraut (Bio-Sauerkraut, Bio-Zwiebeln) und Salzkartoffeln	kcal: 316 F: 6.8	E: 23.1 KH: 39.1
	Veggie	Petersilien-Kartoffeln mit einem Gurken-Dillquark (12) und einem Möhrensalat (Bio-Möhren, Bio-Grünkern)	kcal: 291 F: 2.4	E: 9.2 KH: 56.3
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Kirschquark (12)		
Freitag	Klassik	Eier (8) in einer leichten Senfsauce (1,2,12,21,22) (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Möhren) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 351 F: 17.7	E: 17.2 KH: 29.8
	Veggie			
	Vital	Wildlachsblognese (1,2,9,21) (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Möhren, Bio-Paprika) und dazu Vollkornreis	kcal: 317 F: 5.0	E: 16.6 KH: 55.6
	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.