

Woche 15.04.-19.04.2019 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Hausburg-Grundschule

| | | | | |
|-------------------|-------------|---|----------------------|---------------------|
| Montag | Klassik | Berliner Kartoffelsuppe (12,21) (Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) dazu ein frisches Brötchen (1,2) | kcal: 392 F: 4.2 | E: 11.6 KH: 74.8 |
| | Veggie | | | |
| | Vital | | | |
| | Frische-Bar | frisches Obst und Gemüse, Obst und Gemüse, geschnitten | | |
| Dienstag | Klassik | FrISChe Spätzle (1,2,6,8,12) aus der Pfanne mit einem Mais-Erbsengemüseragout (1,2,12,21) (Bio-Erbsen, Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) | kcal: 453 F: 11.0 | E: 17.5 KH: 69.8 |
| | Veggie | | | |
| | Vital | Lasagne vom Rind (1,2,6,12,21,22) mit frischem Wurzelgemüse (Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Grünkernschrot, Bio-Tomaten) mit Käse überbacken | kcal: 365 F: 13.2 | E: 16.5 KH: 42.6 |
| | Frische-Bar | frisches Obst und Gemüse, Himbeerjoghurt (12) | | |
| Mittwoch | Klassik | Karotteneintopf (1,2,12,21,22) (Vorsuppe) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Butter), Eierkuchen (1,2,8,12) mit einem Kirschquark (12) | kcal: 421 F: 15.3 | E: 16.2 KH: 53.3 |
| | Veggie | | | |
| | Vital | | | |
| | Frische-Bar | frisches Obst und Gemüse, Möhrensalat | | |
| Donnerstag | Klassik | Tomatenragout (1,2,12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Erbsen, Bio-Möhren) mit mildem Milchkäse und dazu frISChe Knöpfe (1,2,6,8) | kcal: 345 F: 7.9 | E: 14.5 KH: 52.9 |
| | Veggie | | | |
| | Vital | Gebratener Seelachs (1,2,9) auf einer Kräutersauce (1,2,12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhren) mit frISChe Möhren und Vollkornreis | kcal: 463 F: 15.7 | E: 21.9 KH: 62.4 |
| | Frische-Bar | frisches Obst und Gemüse, Heidelbeerquark (12) | | |
| Freitag | Klassik | | | |
| | Veggie | | | |
| | Vital | | | |
| | Frische-Bar | | | |

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.