



Z Catering

www.z-catering.de (DE-ÖKO-070)



Hausburg-Grundschule

Woche 11.07.-15.07.2022 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Montag			
Menü 2	Gemüsecremesuppe (1, 2, 12, 21, 22) (Vorsuppe) (Bio - Kartoffeln), Pancake (1, 2, 8, 12) mit Apfelmuß und Zucker und Zimt	kcal: 490 F: 15.0	E: 13.6 KH: 74.4
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost mit einem Dip(12), Kohlrabirohkost		
Dienstag			
Menü 1	Zwei Eier (8) in einem Spinatgemüse (1, 2, 12, 21) und hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln)	kcal: 322 F: 16.0	E: 18.2 KH: 24.9
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Eisbergsalat mit einem Dressing(12), Radieschen, Birne		
Mittwoch			
Menü 1	Nudelauf (1, 2, 12, 21) (Bio - Vollkornnudeln) mit buntem Gemüse und Käse überbacken dazu ein frischer Tomatensalat mit Schnittlauch	kcal: 302 F: 9.3	E: 11.2 KH: 42.0
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Tomatenrohkost, Himbeeryoghurt(12)(Bio - Joghurt, Bio - Quark)		
Donnerstag			
Menü 1	Knuspertasche (12) mit Frischkäse und Kräuter gefüllt auf einem Möhrengemüse (Bio - Möhren) in einer cremigen Käsesauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 360 F: 17.2	E: 9.6 KH: 39.6
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost mit einem Dip(12), Bio - Kohlrabirohkost, Bio - Wassermelone		
Freitag			
Menü 1	vegetarische Pizzasauce (1, 2, 21, 22) mit milden Peperonis und Champignons (Bio - Champignons, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Bulgur) abgeschmeckt mit Oregano, dazu Spirellies (1, 2) (Bio - Nudeln) und geriebenem Käse (12)	kcal: 214 F: 5.1	E: 9.2 KH: 31.5
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio Fairtrade Banane, Pflaumenjoghurt(12) (Bio - Pflaumen, Bio - Joghurt, Bio - Quark)		

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.