

ESS | PLAN 13.01. – 17.01.2025

## ANNA-FREUD-SCHULE

Es kocht für Sie: ESSWERK / Tel. 069/83009786-0

- Montag, 13.01.** vegetarische Maultaschen<sup>(a1,c,g)</sup> mit Petersiliensauce<sup>(g)</sup>
- Dienstag, 14.01.** Semmelknödel<sup>(a1,c,g)</sup> mit Champignonragout<sup>(g)</sup>,  
dazu gemischter Salat mit Essig-Öl-Dressing
- Mittwoch, 15.01.** Seelachsfilet<sup>(d)</sup> „Natur“ (MSC-Seelachs) mit Dillsauce<sup>(g)</sup>, Erbsengemüse<sup>(i)</sup>  
und Kartoffeln
- Donnerstag, 16.01.** Spaghetti<sup>(a1)</sup> (Bio Nudeln) mit Rinderbolognese, dazu geriebener Käse<sup>(g)</sup>  
und Karottensalat mit Essig-Öl-Dressing
- Freitag, 17.01.** Tomatensuppe<sup>(g)</sup> als Vorspeise,  
danach Milchreis<sup>(g)</sup> (Bio Reis) mit Zimt und Zucker (Bio Zucker)



### Änderungen vorbehalten

#### Allergenkennzeichnung :

(a) Glutenhaltiges Getreide: (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Gerste, (a4) Hafer, (a5) Dinkel, (a6) Kamut

(b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse, (f) Soja, (g) Milch incl. Laktose, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesamsamen, (l) Schwefeldioxid, und Sulfite, (m) Lupine, (n) Weichtiere

(h) Schalenfrüchte: (h1) Mandeln, (h2) Haselnüsse, (h3) Walnüsse, (h4) Cashewnüsse, (h5) Pecanüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

#### Zusatzstoffe:

(1) mit Farbstoffe (2) mit Konservierungsstoffe (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

Verwendung von Reis, Nudeln, Grieß, Cous-Cous, Zucker, Linsen, Soja immer in biologische Qualität



aus EU-/ nicht EU-Landwirtschaft / Kontrollstelle DE-ÖKO-012



**Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK**