

ESS | **PLAN 13.10. – 17.10.2025**

ANNA-FREUD-SCHULE

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

- Montag, 13.10.** Rührei^(c) mit Rahmspinat^(g) und Salzkartoffeln
- Dienstag, 14.10.** Farfalle^(a1) (Bio Nudeln) „Bolognese“ vom Rind mit Reibekäse^(g)
- Mittwoch, 15.10.** bayrische Semmelknödel^(a1,c) mit Kräuter-Rahm-Champignons^(g), dazu Krautsalat (Essig-Öl-Dressing)
- Donnerstag, 16.10.** Geflügelfrikadelle^(a1,c,g) mit brauner Sauce und Reis (Bio Reis)
- Freitag, 17.10.** vegetarischer Kürbiseintopf⁽ⁱ⁾ mit Kartoffelwürfeln, dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k)



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, Soja immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK