

ESS | **PLAN** 19.01. – 23.01.2026

ANNA-FREUD-SCHULE

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

- Montag, 19.01.** vegetarischer Bratling⁽ⁱ⁾ mit Rahmwirsing^(g) und Kartoffelbrei^(g,3)
- Dienstag, 20.01.** Spagetti^(a1) (Bio Nudeln) „Napoli“ mit Reibekäse^(g) und gemischter Salat Essig-Öl-Dressing
- Mittwoch, 21.01.** Geflügelbällchen^(a1,c,g,i) mit Rahmsauce^(g), Mischgemüse⁽ⁱ⁾ „Leipziger Allerlei“ und Vollkornnudeln^(a1) (Bio Nudeln)
- Donnerstag, 22.01.** Curry-Gemüse (Bio Reis, Blumenkohl, Brokkoli, Karotten), dazu Karottensalat mit Essig-Öl-Dressing^(g)
- Freitag, 23.01.** Pasta^(a1) (Bio Nudeln) mit Lachs-Sahne-Sauce^(d,g)



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) Pecannüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

Zusatzstoffe:

(1) mit Farbstoffen (2) mit Konservierungsstoffen (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

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



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK