

ESS | PLAN 30.03. – 03.04.2026

ESSWERK

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

Montag, 30.03.	Kartoffeltasche mit Frischkäse ^(g) gefüllt, dazu Kräuterquark ^(g) und Salat (Essig-Öl-Dressing)
Dienstag, 31.03.	ungarisches Gulasch vom Rind mit Paprika und Vollkornnudeln ^(a1) (Bio Nudeln), dazu Obst
Mittwoch, 01.04.	Gyros von der Pute mit Tzatziki ^(g) und Reis (Bio Reis), dazu Krautsalat
Donnerstag, 02.04.	zwei gekochte Eier ^(c) mit grüner Sauce ^(j,g) und Salzkartoffeln, zum Nachtisch Obst
Freitag, 03.04.	Karfreitag



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, Soja immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK