

ESS | PLAN 13.04. – 17.04.2026

ANNA-FREUD-SCHULE

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

- Montag, 13.04.** Hähnchenbrust paniert^(a1,c) mit milder Currysauce^(g) und Reis (Bio Reis), dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)
- Dienstag, 14.04.** gedünstetes Kaisergemüse (Blumenkohl, Möhren, Brokkoli) mit Kräuterquark^(g), Salzkartoffeln
- Mittwoch, 15.04.** Cevapcici^(a1,c,g) vom Rind mit kaltem Joghurt- Dip^(g) und Djuvec-Reis (Bio Reis)
- Donnerstag, 16.04.** Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit Spinatsauce^(g) und Reibekäse^(g), dazu Salat (Essig-Öl Dressing)
- Freitag, 17.04.** Seelachsfilet mehliert^(a1,d) (MSC- Seelachs) mit Kräutersauce^(g), Erbsen-Möhrengemüse und Kartoffelbrei^(g,3)



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