ESSWERK

ESS|PLAN **21.09. – 25.09.2026**

ANNA-FREUD-SCHULE

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

Montag,	**21.09.**	vegetarische Tortellini[(a1)] mit Tomatensauce und Reibekäse[(g)]
Dienstag,	**22.09.**	Gyros von der Pute mit Tzatziki[(g)], dazu Reis (Bio Reis) und Weißkrautsalat
Mittwoch,	**23.09.**	Gemüseschnitzel[(a1,i)] mit Petersiliensauce[(g)] und Kartoffeln
Donnerstag,	**24.09.**	Fischfrikadelle[(a1,c,d)] vom Seelachs (MSC-Seelachs) mit Remouladensauce[(c,j)] und Kartoffelpüree[(g,3)], dazu Rohkost
Freitag,	**25.09.**	Penne[(a1,c,g)] „Carbonara“ (Bio Nudeln, Putenschinken) mit geriebenem Käse[(g)], dazu Salat[(i,j)] (Essig-Öl-Dressing)

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

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

Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK