

ESS | **PLAN 12.10. – 16.10.2026**

ESSWERK

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

- Montag, 12.10.** Fischfrikadelle^(a1,d,g,i) mit Kartoffelbrei^(g,3) und Erbsen, zum Nachtisch Obst
- Dienstag, 13.10.** Farfalle^(a1) (Bio Nudeln) „Bolognese“ vom Rind mit Reibekäse^(g), dazu Rohkost
- Mittwoch, 14.10.** bayrische Semmelknödel^(a1,c) mit Kräuter-Rahm-Champignons^(g), dazu Krautsalat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing)
- Donnerstag, 15.10.** Geflügelfrikadelle^(a1,c,g) mit brauner Sauce und Reis (Bio Reis), dazu Rohkost
- Freitag, 16.10.** vegetarischer Kürbiseintopf⁽ⁱ⁾ mit Kartoffelwürfeln, dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k) und zum Nachtisch gesüßte Naturjoghurt^(g) (enthält Bio Zucker)



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, Soja immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK