

ESS | **PLAN 12.01. – 16.01.2026**

SCHILLERSCHULE

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

Hähnchenspieß mit Wedges, dazu Kräuterquark Dip^(g)

Mexican Salad vegetarisch mit Eisbergsalat, Kidneybohnen, Mais, Joghurtdressing^(g), dazu Taccos

- Montag, 12.01.** vegetarische Maultaschen^(a1,c,g) mit Petersiliensauce^(g), dazu Obst
- Dienstag, 13.01.** Semmelknödel^(a1,c,g) mit Champignonragout^(g), dazu gemischter Salat mit Essig-Öl-Dressing und zum Nachtisch Beerenquark^(g) (enthält Bio Zucker)
- Mittwoch, 14.01.** Seelachsfilet^(d) „Natur“ (MSC-Seelachs) mit Dillsauce^(g), Erbsengemüse⁽ⁱ⁾ und Kartoffeln
- Donnerstag, 15.01.** Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit Rinderbolognese, dazu geriebener Käse^(g) und Karottensalat mit Essig-Öl-Dressing
- Freitag, 16.01.** Tomatensuppe^(g) als Vorspeise, danach Milchreis^(g) (Bio Reis) mit Zimt und Zucker (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, Linsen, immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK