

ESS | **PLAN 26.01. – 30.01.2026**

SCHILLERSCHULE

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

Köttbular (Rind), mit Joghurdip^(g) auf Salatrand, dazu Baguette^(a1)

Bulgursalat^(a1) (Gurken, rote Zwiebeln, frischer Basilikum, Tomatensauce), dazu türkisches Brot^(a1,k)

Montag, 26.01. Bifteki vom Rind^(a1,c,g,j) mit Tomatensauce und Reis (Bio Reis), dazu Rote Beete Salat Essig-Öl-Dressing

Dienstag, 27.01. Geflügelstreifen in Rahmsauce^(g) mit Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) und Chinakohlsalat mit Joghurt-Dressing^(g)

Mittwoch, 28.01. Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit Gemüsebolognese⁽ⁱ⁾, dazu Reibekäse^(g) und zum Nachtisch Obst

Donnerstag, 29.01. Backfischfilet^(a1,d) vom Seelachs (MSC-Seelachs) mit Remouladensauce^(c,i), Brokkoligemüse und Kartoffeln

Freitag, 30.01. Grüner Bohneneintopf⁽ⁱ⁾, dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k), zum Nachtisch Apfelmus⁽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, immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK