

Speiseplan

Schule: **OGS alter Mühlenweg**

Der Speiseplan gilt für die KW

, also vom **09.09.2024**

bis **17.05.2024**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
VEGETARISCHES GERICHT	Vollkornpenne a2 in Tomatensauce mit Erbsen und Käse g überbacken	Maiskolben, Kartoffelwedges und Tzatziki g	Wunschessen: Vegetarische Lasagne g a1	Fischfilet in der Kräuterkruste a1 dazu Vollkornreis a2	Rote Linsensuppe mit Kartoffeln und Wurzelgemüse i dazu hausgebackenes Vollkornbrot a1 a2 a5
MIT FLEISCH/FISCH-KOMPONENTE		Gyros „Filos“ vom Bio-Hähnchen dazu Kartoffelwedges und Tzatziki g			
SALAT + ROHKOST	Gemischter Salat mit Essig/Öl Dressing	Weißkrautsalat (Essig/Öl)	Rohkost	Gurkensalat mit Dill und Essig/Öl Dressing	Rohkost
DESSERT + OBST	Früchtejoghurt g Obst	Obst Obst	Pudding g /Obst	Obst Obst	Eis Obst

Wir behalten uns kurzfristige Änderungen des Speiseplans vor.

Zusatzstoffe

1	Mit Farbstoff	6	Geschwärzt
2	Mit Konservierungsstoff	7	Gewachst
2.1	Mit Nitritpökelsalz	8	Mit Phosphat
2.2	Mit Nitrat	9	Süßungsmittel(n)
2.3	Mit Nitratpökelsalz und Nitrat	10	Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln
3	Mit Antioxidationsmittel	11	Enthält eine Phenylalaninquelle
4	Mit Geschmacksverstärker	12	Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
5	Geschwefelt		

Allergene

a1	Weizen	e	Erdnüsse	h6	Paranüsse
a2	Roggen	f	Sojabohnen	h7	Pistazien
a3	Gerste	g	Milch, Laktose	h8	Macadamia- oder Queenslandnüsse
a4	Hafer	h1	Mandeln	i	Sellerie
a5	Dinkel	h2	Haselnüsse	j	Senf
b	Krebstiere	h3	Walnüsse	k	Sesamsamen
c	Eier	h4	Kaschunüsse	l	Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 mg pro kg oder l)
d	Fische	h5	Pecannüsse	m	Lupine
				n	Weichtiere (z.B. Tintenfisch, Muscheln etc.)