

Speiseplan



Schule: OGS alter Mühlenweg

Der Speiseplan gilt für die KW _____, also vom _____ bis _____

Unser Speiseplan orientiert sich am „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
HAUPTMENÜ	Vollkornspaghetti a1 a2 mit Cabonarasauce mit Räuchertofu f	Chili con carne vom Bio-Rind mit Bohnen und Mais, dazu Vollkornreis	Wunschessen	Mediterranes Fischgulasch d, g mit Karotten und Brokkoli dazu Petersilienkartoffel	Tomatensuppe Mit Reiseinlage Dazu hausgebackenes Vollkornbrot a1 a2 a5
VEGETARISCHE ALTERNATIVE	Vollkornspaghetti a1 a2 mit Cabonarasauce mit Räuchertofu f	Chili sin Carne mit Mais und Bohnen, dazu Vollkornreis	Wunschessen	Mediterranes Fischgulasch d, g mit Karotten und Brokkoli dazu Petersilienkartoffel	Tomatensuppe Mit Reiseinlage Dazu hausgebackenes Vollkornbrot a1 a2 a5
SALAT + ROHKOST	Rohkost	Gemischter Salat Mit Essig/Öldressing	Rohkost	Gurkensalat In Essig/Öldressing	Rohkost
DESSERT + OBST	Obst Obst	Obst Obst	Wunschessen Obst	Früchtejoghurt g Obst	Obst Apfelmus mit Schokostreusel

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.)