

# Essensplan 01.01.2018 - 31.01.2018

Janusz-Korczak-Schule - Sinzig



10.01.2018	11.01.2018
<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>
Bratwurst mit Erbsen und Möhrchen und Kartoffelpüree Joghurt	Tortellini in Tomatensoße Salat Schokoladenpudding
1,3,9,7,10 F	1,3,6,7,9, D,N
<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>
vegetarische Grillwurst mit Erbsen und Möhrchen Kartoffelpüree	Sellerieschnitzel mit Kartoffelpüree
1,3,6,7,9,10	1,3,7,9,6,10

15.01.2018	16.01.2018	17.01.2018	18.01.2018
<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>
Gulasch mit Kartoffelklößen und Gurkensalat Apfelmus	Rohkost mit Dip Nudel- Gemüsesuppe Fruchtjoghurt	Rollbraten in Rahmsoße Erbsen und Möhrchen, Kartoffeln, Obst	Spaghetti "Bolognese" Eisbergsalat Schokoladenpudding
1,7,9 ,N, F	1,3,9, F	1,9,10, F N	1,3,7,9,10, N, F
<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>
Kaiserschmarren mit Kompott	Rohkost mit Dip Nudel in Tomatensoße Fruchtjoghurt	Tortellini in Kräutersoße Obst	Spaghetti in Champignonrahmsoße
1,3,7,12,N,F	1,3,7,9,10,N,F	1,3,7,9,10, N	1,3,7,9,10,N
22.01.2018	23.01.2018	24.01.2018	25.01.2018
<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>
Chicken Nuggets mit Dip und Kartoffelpüree Joghurt	Frikadelle mit Rotkohl und Kartoffeln Grießpudding	Seelachsfilet mit Möhrchen und Kartoffelpüree Apfelkompott	Putenbrust in Sahnesoße, Blumenkohl und Kartoffeln Mandarinen
1,3,9,10 F,N	1,3,9,10, F,N	1,3,4,7, F,N	1,7,9,10
<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>
überbackene Cannelloni mit Spinat Ricotta Joghurt	Bandnudeln mit Gemüsestreifen Grießpudding	Käsespätzle mit Salat Apfelkompott	Blumenkohl Brokkoli Auflauf
1,3,7,9,10 F, N	1,3,6,7, 9,10 F	9,10,1,3,7,N,F	3,7,9,10
29.01.2018	30.01.2018	31.01.2018	
<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>	<b>MENU A</b>	
Rohkost mit Dip Nudel- Gemüsesuppe Fruchtjoghurt	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffeln Apfelmus	Lassagne mit Rindfleisch Eisbergsalat Banane	
1,3,9, F,N	1,3,4, 9,10 ,F,N	1,3,7,9,N,F	
<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>	<b>MENU B</b>	
Rohkost mit Dip Nudel in Tomatensoße Fruchtjoghurt	Vegi-nuggets mit Remouladensoße Kartoffeln und Salat	Milchreis mit Zimtucker	
1,3,7,9,10N,F	1,3,6,7,9,10	7,F	



*Buon Appetito*  
**GUTEN** Que Aproveche  
**APPETIT**  
**Enjoy your Meal** *Bon Appetit*

# 14 Hauptallergene

1	<b>Glutenhaltige Getreide</b> und Erzeugnisse daraus	
2	<b>Krebstiere</b> und Erzeugnisse daraus	
3	<b>Eier</b> und Erzeugnisse daraus	
4	<b>Fische</b> und Erzeugnisse daraus	
5	<b>Erdnüsse</b> und Erzeugnisse daraus	
6	<b>Sojabohnen</b> und Erzeugnisse daraus	
7	<b>Milch</b> und Erzeugnisse daraus	
8	<b>Schalenfrüchte</b> und Erzeugnisse daraus	
9	<b>Sellerie</b> und Erzeugnisse daraus	
10	<b>Senf</b> und Erzeugnisse daraus	
11	<b>Sesamsamen</b> und Erzeugnisse daraus	
12	<b>Schwefeldioxid und Sulfite</b>	
13	<b>Lupinen</b> und Erzeugnisse daraus	
14	<b>Weichtiere</b> und Erzeugnisse daraus	

## Zusatzstoffe:

- A - mit Konservierungsstoffen
- B - mit Antioxidationsmittel
- C - mit Geschmacksverstärker
- D - mit Farbstoff
- E - mit Süßungsmittel
- F - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel
- G - enthält eine Phenylalaninquelle
- H - gewachst
- I - geschwefelt
- J - geschwärzt
- K - mit Phosphat
- L - mit Milcheiweiß
- M - mit Hühnereiweiß
- N - mit Stärke
- O - mit Nitrat, Nitrit, Nitritpökelsalz



Da wir grossen Wert auf eine gesunde, ausgewogene Küche legen achten wir beim Einkauf unserer Würzmittel sorgfältig darauf, dass diese Deklarationsfrei sind. Des Weiterem verarbeiten wir in unsere Küche auch keinerlei Produkt aus Schweinefleisch oder Schweinefleischerzeugnisse.

Kontakt Küche: Fax: 02642 406 625 E-mail:  
essen@maranatha.de