

Speiseplan vom 12.10. bis 16.10.2020

Franz-von-Assisi-Schule



MO

12.10. Rote Linsen-Cremesuppe mit Kreuzkümmel (a, i, o)
Fleischküchle (S/R) (a, c, o) mit Rotkraut (i), Salzkartoffeln und Sauce
Salatbuffet (1, g, j), frisches Obst

Vegetarisch: Quinoa-Küchle (a, c, i, o) mit Rotkraut (i),
Salzkartoffeln (a, c, i, o) und Sauce

DI

13.10. Ingwer-Bouillon mit Sojasprossen (i,f)
Wok-Gemüse mit Hähnchen (G) und Mie-Nudeln (a, c, f, o)
Salatbuffet (1, g, j), Rote Grütze mit Vanille-Sauce (g)

Vegetarisch: Tofu mit Wok-Gemüse und
Mie-Nudeln (a, c, o, f)

MI

14.10. Leider kein Essen.

DO

15.10. Karotten-Maronen-Suppe (a, g, i, o)
Lachs (F) mit Bandnudeln (a, c, o) und Spinat-Frischkäse-Sauce (a,g,i,o)
Salatbuffet (1, g, j), Apfelkuchen (a,c,o)

Vegetarisch: Bandnudeln (a, c, o) mit Spinat-
Frischkäse-Sauce(a,g,i,o)

FR

16.10. Montag wieder.

Änderungen vorbehalten.

Wir kochen mit frischen Produkten aus der Region

P Putenfleisch	5 geschwärtzt (von Oliven)	e Erdnüsse	o Weizen	y Walnüsse
G Hähnchenfleisch	6 geschwefelt	f Sojabohnen	p Dinkel	z Macadamianüsse
R Rindfleisch	7 gewachst	g Milch	q Grünkern	11 Queenslandnüsse
K Kalbfleisch	8 mit Phosphat	h Schalenfrüchte	r Roggen	12 Paranüsse
F Fisch	9 mit Süßungsmittel	i Sellerie	s Haselnüsse	
S Schweinefleisch	10 enthält eine Phenylalanin Quelle	j Senf	t Mandeln	
1 mit Farbstoff	a enthält Gluten	k Sesamsamen	u Sonnenblumenkerne	
2 mit Konservierungsstoff	b Krebstiere	l Lupinen	v Kürbiskerne	
3 mit Antioxidationsmittel	c Eier	m Weichtiere	w Cashewnüsse	
4 mit Geschmacksverstärker	d Fisch	n Schwefeldioxid und Sulfite	x Pecannüsse	

Guten Appetit.