

# Speiseplan vom 11.10. bis 15.10.2021

## Franz-von-Assisi-Schule



**MO**

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

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

**DI**

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

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

**MI**

**13.10.** Leider kein Essen.

**DO**

**14.10.** 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, i), Apfelkuchen (a, c, o)

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

**FR**

**15.10.** 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.