

Woche 27.08.-31.08.2018 (Änderungen vorbehalten)
Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Schule am Faulen See

Montag	Klassik	Vegetarisches Gemüsefrikassee (1,2,5,8,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhrenwürfel) mit Milchschnitzel und Bio-Reis	kcal: 412 F: 12.0	E: 22.93 KH: 52.2
	Veggie			
	Vital	Fruchtiges Curry von Äpfel und Tomaten (1,2,12,21,22) (Bio-Tomaten, Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Apfelwürfel) und Kichererbsen und dazu Bio-Couscous (1,2,21,22)	kcal: 468 F: 8.08	E: 13.79 KH: 81.95
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Bohnensalat		
Dienstag	Klassik	Schnitzel vom Schwein (1,2) auf einem Rahm-Mischgemüse (1,2,6,12,21) (Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Grünkern) dazu Salzkartoffeln mit frischer Petersilie	kcal: 440 F: 12.61	E: 20.23 KH: 60.11
	Veggie	Schwäbisches Linsenragout (1,2,12,21,22) (Bio-Zwiebelwürfel, Bio-Möhrenwürfel, Bio-Vollkornmehl) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 305 F: 13.4	E: 4.43 KH: 40.06
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Gurkensalat		
Mittwoch	Klassik	Gorgonzolasauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit frischen Champignons und Bio-Fussili (1,2)	kcal: 468 F: 16.07	E: 15.61 KH: 63.66
	Veggie	Kokos-Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter) mit einer Rahmsauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Käse) und dazu Buttererbsen (12) (Bio-Erbesen)	kcal: 437 F: 18.97	E: 9.05 KH: 54.16
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Chinakohl mit Mandarindressing (12)		
Donnerstag	Klassik	Hausgemachte Rindsklößchen in einer Senfbratensauce (1,2,12,21,22) (Bio-Zwiebeln) mit Butterbohnen (12) (Bio-Butter, Bio-Zwiebeln) und Salzkartoffeln	kcal: 482 F: 21.36	E: 24.48 KH: 46.19
	Veggie	Mediterranes Grillgemüse (1,2,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Tomatenwürfel, Bio-Zucchini, Bio-Paprika) mit Bio-Langkornreis	kcal: 376 F: 12.88	E: 7.95 KH: 57.97
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Aprikosen-Vanillequark (12)		
Freitag	Klassik	Zwei gekochte Eier (8) in einer Senfrahmsauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit Karottensalat (1,6) (Bio-Möhren, Bio-Apfelwürfel, Bio-Grünkern) und Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 481 F: 24.76	E: 17.19 KH: 44.92
	Veggie			
	Vital	Thunfisch-Tomatensauce (1,2,9,21,26) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Vollkornmehl) Oliven, getrockneten Tomaten und dazu Bio-Nudeln (1,2)	kcal: 393 F: 4.88	E: 17.84 KH: 66.66
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Tomatensalat		

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch, 13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg)

E-Eiweiß
F-Fett
KH-Kohlenhydrate

Bei unserer Rohstoffauswahl für die Speisenproduktion wählen wir ausschließlich Produkte, die keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe enthalten.