

ESS | **PLAN 14.09. – 18.09.2026**

LEIBNIZ SCHULE

Es kocht für Sie: ESSWERK / Tel. 069/83009786-0

Kartoffelsalat⁽ⁱ⁾ mit Rindswurst^(2,3,i,j) und einem Brötchen^(a1)

Mexican Salad vegetarisch mit Eisbergsalat, Kidneybohnen, Mais, Joghurtdressing^(g), dazu Taccos^(a1,1)

Eipaddybrötchen^[a1,c], Rührei mit Schnittlauch, Tomaten, Gurken und Remouladensauce^[c,i]

Pizza Margherita^[a1,g] mit Tomatensauce und Käse

Pizza Salami^[a1,g,2,3,5] (Schwein) mit Tomatensauce und Käse

Montag, 14.09. I paniertes Hähnchenschnitzel^(a1,c) mit Kaisergemüse⁽ⁱ⁾ und Kartoffeln
II Polenta-Spinattasche^(a1,c) mit Kräuterrahmsauce^(g) und Reis (Bio Reis), dazu Rohkost

Dienstag, 15.09. I Geflügelbratwurst^(i,j) mit buntem Nudelsalat^(a1) (Bio Nudeln), dazu Ketchup und zum Nachtisch Obst
II Gemüse- Reispfanne (Bio Reis) mit Tomaten- Kräutersauce⁽ⁱ⁾, zum Nachtisch Schokopudding^(g) (enthält Bio Zucker)

Mittwoch, 16.09. I Gulasch vom Schwein^(g) „Förster Art“ mit Zwiebel, Champignons, Erbsen und Kartoffeln, zum Nachtisch Obst
II Chili sin Carne^(f,i) mit Kidneybohnen, Mais, Tomaten, Paprika, dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k)

Donnerstag, 17.09. I Spirellis^(a1) (Bio Nudeln) mit Tomaten- Thunfisch- Sauce^(i,d) (MSC- Thunfisch), dazu Rohkost
II vegetarische Hirtenpfanne (Zucchini, Paprika, Champignons, Karotten) mit Fetakäse^(g) an Tomatensauce, dazu Reis (Bio Reis)

Freitag, 18.09. I Bifteki vom Rind^(a1,c) mit Paprikasauce, dazu Reis (Bio Reis) und Erbsen-Möhrengemüse⁽ⁱ⁾
II Käsespätzle^(a1,g) (Bio Nudeln) mit Röstzwiebeln^(a1) und heller Sauce^(g) dazu Salat^(i,j) (Essig-Öl-Dressing), zum Nachtisch Obst

Änderungen vorbehalten



Allergenkennzeichnung:

(a) Glutenhaltiges Getreide: (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Gerste, (a4) Hafer, (a5) Dinkel, (a6) Kamut

(b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse, (f) Soja, (g) Milch incl. Laktose, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesamsamen, (l) Schwefeldioxid, und Sulfite, (m) Lupine, (n) Weichtiere

(h) Schalenfrüchte: (h1) Mandeln, (h2) Haselnüsse, (h3) Walnüsse, (h4) Cashewnüsse, (h5) Pecannüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

Zusatzstoffe:

(1) mit Farbstoffen (2) mit Konservierungsstoffen (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

Verwendung von Nudeln, Reis, Bulgur, Couscous, Grieß, Soja und Zucker immer in biologische Qualität



*DE-ÖKO-012 aus EU-/ nicht EU-Landwirtschaft / Kontrollstelle



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK