

ESS | **PLAN** 28.09. – 02.10.2026

LEIBNIZ SCHULE

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

Putenbrustsalat mit Mandarinen und Ananas auf Eisbergsalat, dazu ein Brötchen^(a1)
Vegetarische Frühlingsrolle^(a1,f) mit Salat, dazu süß-sauer Dip
Tomaten- Mozzarella- Baguette^(a1,g) belegt mit Tomaten, Mozzarella, und frischem Basilikum
Pizza Margherita^(a1,g) mit Tomatensauce und Käse
Pizza Salami^(a1,g,2,3,5) (Schwein) mit Tomatensauce und Käse

Montag, 28.09. I Putenbruststreifen^(g) „Züricher Art“ mit Ebly^(a1) und Erbsengemüse⁽ⁱ⁾, dazu Obst
 II Gemüsesuppe als Vorspeise, danach
 Milchreis^(g) (Bio Reis) mit Beerenkompott (enthält Bio-Zucker)

Dienstag, 29.09. I Hacksteak^(a1,c) (Rind und Schwein) mit Zwiebelsauce, Karottengemüse und Salzkartoffeln
 II Spaghetti^(a1) (Bio Nudeln) mit vegetarischer Gemüse- Bolognese⁽ⁱ⁾, Reibekäse^(g) und Tomatensalat (Essig-Öl-Dressing)

Mittwoch, 30.09. I Rindfleisch Eintopf mit Gemüse⁽ⁱ⁾ und Reiseinlage (Bio Reis),
 dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k), zum Nachtisch Vanillequark^(g) (enthält Bio Zucker)
 II Kartoffel- Gemüseauflauf^(g) mit Béchamelsauce^(g), dazu Rohkost

Donnerstag, 01.10. I Linseneintopf⁽ⁱ⁾ (Bio Linsen) mit Gemüse und Geflügelwiener^(2,3,6,i,j),
 dazu ein Brötchen^(a1)
 II Rührei^(c) mit Rahmspinat^(g) und Salzkartoffeln, dazu Obst

Freitag, 02.10. Schöne Ferien



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 Reis, Nudeln, Grieß, Cous-Cous, Zucker, Soja immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK