

Speiseplan

Vom 19. - 23.09.2022

Wünsche, Anregungen und Kritik an:
kueche@montessorischule-sendenhorst.de

Bitte melden Sie eventuelle Unverträglichkeiten und Allergien in der Küche, damit entsprechende allergenfreie Speisen zubereitet werden können.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Gut und Lecker	Bolognese	Hühnerschnitzel	a1, h, l	Gulasch	a1 Bratfisch Seelachsgratin	a1, h, i a1, i, l
Fleischlos fit	Linsencurry	m3 Griech. Kartoffeltopf	l	Strudel mit Kohl und Hirtenkäse	a1, l Paella	
Beilage	Nudeln Reis	a1 Nudeln Reis	a1	Klöße Kartoffeln	Nudeln Reis	a1
Gemüse	Broccoli Erbsen Mischsalat	Zucchini Spitzkohl Möhrensalat		Rotkohl Bohnen Gurkensalat	Erbsen Blumenkohl Eisbergsalat	
Soßen	Tomatensoße Sahnesoße	a1 Tomatensoße Sahnesoße Fruchtige Currysoße	a1 a1	Tomatensoße Sahnesoße Veg. Bratensoße	a1 Tomatensoße Sahnesoße Kräutersoße	a1
Dessert	Milchreis	l Joghurt mit Erdbeersoße	l	Herrencreme	a1 Hefekuchen	a1

Zusatzstoffe/Allergene: 0 - mit Farbstoff, 1 - mit Konservierungsstoff, 2 - mit Geschmacksverstärker, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Phosphat, 5 - mit Milcheiweiß, 6 - koffeinhaltig, 7 - mit Süßungsmittel, 8 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 9 - , 10 - geschwärzt, 11 - gewachst, 12 - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt, 13 - enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam), 14 - chininhaltig,
a1 - enth. Weizen-Gluten, a2 - enth. Dinkel-Gluten, a3 - enth. Hafer-Gluten, a4 - enth. Gerste-Gluten, g - enth. Krebstiere, h - enth. Ei, i - enth. Fisch, j - enth. Erdnüsse, k - enth. Soja (gen-tech-frei), l - enth. Milch einschl. Laktose, m1 - enth. Haselnüsse, m2 - enth. Mandeln, m3 - enth. Kokosnuss, t - enth. Sellerie, u - enth. Senf, v - enth. Sesam, w - enth. Schwefeldioxide/Sulfite, x - enth. Lupinen.

- Veganes Hauptgericht, sonst sind vegane bzw. Milchfreie Varianten vorhanden

Pläne können sich ändern.