

ESS | **PLAN 24.11. – 28.11.2025**

RUDOLF-KOCH-SCHULE

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

Tägliche Lunchtüte:

Inhalt immer 1. Hauptkomponente (wechselnd z.B. belegtes Brötchen, Gemüsetasche, Pizzatecke...), 1 Getränk, 1 Stück Obst (Apfel, Banane, Birne o.ä.)

- | | | |
|--------------------|---------------|---|
| Montag, | 24.11. | <p>I Bratwurst vom Schwein mit Zwiebelsauce, Kohlrabigemüse und Wedges-Kartoffeln</p> <p>II Blumenkohl- Medaillons mit Petersiliensauce^(g) und Kartoffeln</p> |
| Dienstag, | 25.11. | <p>I Putensteak „Natur“ mit Paprikasauce und Reis (Bio Reis), zum Nachtisch Mandarine</p> <p>II Vegetarischer Kartoffel- Brokkoli- Auflauf^(g) mit Käse^(g) überbacken zum Nachtisch Mandarine</p> |
| Mittwoch, | 26.11. | <p>I Köttbular^(a1,c) vom Rind mit Rahmsauce^(g), Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) und Rote-Beete Salat</p> <p>II Pfälzer Kartoffeleintopf mit frischem Gemüse und einem Vollkornbrötchen^(a1,a2,k)</p> |
| Donnerstag, | 27.11. | <p>I Pasta^(a1) (Bio Nudeln) mit Lachs-Sahne-Sauce^(d,g) (MSC- Fisch), dazu Rohkost</p> <p>II Blätterteigtasche^(a1,c,g) mit Spinat und Käse gefüllt, dazu Kräuter-Dip^(g) und Rohkost</p> |
| Freitag, | 28.11. | <p>I Hamburger^(a1,k,c) vom Rind zum selber bauen mit Ketchup, Mayo^(c,i), Salat, Tomate, Zwiebeln und Gurken</p> <p>II Gnocchi mit Käse-Sahne-Sauce^(g), dazu Salat</p> |



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) Pecanüsse, (h6) Paranüsse, (h7) Pistazien, (h8) Macadamianüsse

Zusatzstoffe:

(1) mit Farbstoffe (2) mit Konservierungsstoffe (3) mit Antioxidationsmittel (4) mit Geschmacksverstärker (5) mit Phosphat (6) mit Nitrit Pökelsalz

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



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK