

ESS | **PLAN 19.10. – 23.10.2026**

LEIBNIZ SCHULE

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

Chicken Wings mit Wedges^(a1), dazu süß-sauer Dip
Bulgursalat^(a1) (Gurken, rote Zwiebeln, frischer Basilikum, Tomatensauce), dazu türkisches Brot^(a1,k)
Seemann Baguette, belegt mit Backfisch^(a1,d), Tomate, Gurke, Salat 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, 19.10.** I Bratwurst^(i,j) (Schwein) mit Bohnengemüse⁽ⁱ⁾ und Kartoffeln, zum Nachtisch Obstquark^(g) (enthält Bio Zucker)
 II vegetarische Ravioli^(a1,g) mit Ricotta^(g) gefüllt, dazu Tomatensauce, Reibekäse^(g), und Rohkost
- Dienstag, 20.10.** I Geflügelfleischkäse^(2,3,5) mit Bratensauce, Blumenkohlgemüse⁽ⁱ⁾ und Kroketten
 II Kartoffel-Gemüse-Auflauf^(g), zum Nachtisch Obst
- Mittwoch, 21.10.** I Nudeln^(a1) (Bio Nudeln) mit Tomaten-Thunfisch-Sauce^(d), dazu Salat (Essig-Öl-Dressing)
 II Polentatasche^(c,g) mit Spinat und Käse^(g) gefüllt, dazu Kräuterdip^(g) und Kartoffeln
- Donnerstag, 22.10.** I Cevapcici^(c) vom Rind mit ungarischer Paprikasauce und Reis (Bio Reis), dazu Krautsalat⁽ⁱ⁾
 II Klares Gemüsesüppchen, dann Eierpfannkuchen^(a1,c,g) an Beersauce (enthält Bio Zucker)
- Freitag, 23.10.** I Spirellis^(a1) (Bio Nudeln) mit Schinken-Sahne-Sauce^(2,3,5,g) (Putenschinken), zum Nachtisch Obst
 II Kürbiscremesuppe^(i,g), dazu ein Vollkornbrötchen^(a1,a2,k) und zum Nachtisch Quarkspeise^(g) (enthält Bio Zucker)

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, Linsen, Soja immer in biologische Qualität



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



Wir wünschen guten Appetit! – Ihr ESSWERK