

# SPEISEPLAN

## Schule

22.07.2024 bis 26.07.2024



Die AWO wünscht Ihren Kindern einen guten Appetit!

Woche 1	Mittagessen 1	Mittagessen 2
Montag 22.07.2024	Putenschnitzel paniert (a1-5) mit Soße (a1/k/1/b) dazu Erbsen (a1/b/k) und Kartoffeln Obst	Butternudeln (a1-5/c) mit Lauch-Kürbissoße (a1/b/k) Obst
Dienstag 23.07.2024	Nudeln (a1-5/c) mit Soße Cabonara art (a1/k/1/b) mit Putenschinken (2/3/5) Fruchtjoghurt (b)	Hausgemachter Kräuterquark (b) und Salzkartoffeln Fruchtjoghurt (b)
Mittwoch 24.07.2024	Kürbis-Karottencremesuppe (a1/b/k) Hot-Dog mit Geflügel- Wiener (a1-5) zum selbstbelegen mit Gurke (1/2/9) und Röstzwiebeln (a1-5) Obst	Kürbis-Karottencremesuppe (a1/b/k) Grießbrei (a1/b) mit Apfelmus (5) Obst
Donnerstag 25.07.2024	Geflügel- Currywurst (17/a1/9/m/1) mit Kartoffel- Röstzwiebelpüree (a1-5/5/b) Salat (2/9)	Rührei (b/c/k) mit Rahmspinat (a1/b/k) und Salzkartoffeln Salat (2/9)
Freitag 26.07.2024	Seelachs Toscana paniert (d/a1/m/1/9) mit Kräuterbutter (b) und Zitrone, dazu Petersilienkartoffeln Pudding (b)	Spaghetti (a1-5/c) mit Gemüse-Bolognese (a1/k) und Reibekäse (b) Pudding (b)

Alle Menüs wurden auf Grundlage der Empfehlungen der Deutsche Gesellschaft für Ernährung sowie der AOK-Ernährungsexpertinnen zusammengestellt. Bitte berücksichtigen Sie bei Ihrer Menüauswahl, dass für eine gute Entwicklung Ihres Kindes maximal 2 x wöchentlich mageres Muskelfleisch und mindestens 1 x wöchentlich Fisch (vorzugsweise Lachs, Thunfisch, Makrele oder Hering) ausgewählt werden. Die restlichen Wochentage sollten durch vegetarische Gerichte ergänzt werden.

Zusatzstoffe und Hauptallergene\*: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Phosphat, 4) geschwefelt, 5) mit Antioxidationsmittel, 6) mit Geschmacksverstärker, 7) geschwärzt, 8) gewachst, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12) mit Milcheiweiß, 13) mit Eiklar, 17) koffeinhaltig, a) Glutenhaltiges Getreide, b) Milch (einschließlich Laktose), c) Ei, d) Fisch, e) Krebstiere, f) Soja, g) Erdnüsse, h) Schalenfrüchte/Nüsse, i) Sesam, k) Sellerie, m) Senf, o) Schwefeldioxide und Sulfid, r) Lupine, s) Weichtiere, zu den einzelnen Getreidesorten /Schalenfrüchten fragen Sie bitte unseren Betriebsküchenleiter.

\*und daraus gewonnene Erzeugnisse

\*\*namentliche Weizen a1, Roggen a2, Gerste a3, Hafer a4, Dinkel a5, Kamut a6

\*\*\*namentliche Mandeln h1, Haselnüsse h2, Walnüsse h3, Cashewnüsse h4, Pecannüsse h5, Paranüsse h6, Pistazien h7, Macadamianüsse h8

**Änderungen vorbehalten!**  
Das Küchenteam ist erreichbar unter Tel.  
09281/1602990



**Haben Sie öfters  
Muskelkrämpfe?**

**Infos über einen wichtigen  
Minerastoff**

