

## FRIEDRICH EBERT SCHULE

Es kocht für Sie: O.P.A.L. Catering GmbH

- Montag, 21.01.** Rahmgeschnetzeltes<sup>(MZ,G1)</sup> (Rindfleisch) mit Kartoffeln und Karottengemüse<sup>(MZ)</sup>, zum Nachtisch Fruchtjoghurt<sup>(MZ)</sup>
- Dienstag, 22.01.** Nudelauf<sup>(G1)</sup> mit Fetakäse<sup>(MZ)</sup> und Spinat an Tomatensauce<sup>(G1)</sup>, dazu Obst
- Mittwoch, 23.01.** Minestrone<sup>(S)</sup> (Karotten, Kartoffeln, Tomate, Sellerie, Erbsen) Vollkornbrot<sup>(G1,G2)</sup> und als Dessert Apfelmus<sup>(3)</sup>
- Donnerstag, 24.01.** Hähnchenbrust mit Tomate und Mozzarella überbacken<sup>(MZ)</sup> Zucchini<sup>(G1,MZ)</sup>sauce und Reis, dazu Stückobst
- Freitag, 25.01.** Fischfrikadelle (Seelachs)<sup>(F,G1,MZ)</sup> mit Kartoffel-Erbsen-Püree<sup>(MZ)</sup>, dazu Gurkensalat mit Joghurtdressing<sup>(MZ,SN,SD)</sup>, zum Nachtisch Vanillequark<sup>(MZ)</sup>



**Kennzeichnung von Allergenen:** Glutenhaltig, G1=Weizen, G2=Roggen, G3=Gerste, G4=Hafer, G5=Dinkel, G6=Kamut, K = Krebstier, Ei = Eier, F = Fisch, Schalenfrüchte SF1=Mandel, SF2=Haselnüsse, SF3=Walnüsse, SF4,Kaschunüsse, SF5=Pecannüsse, SF6=Paranüsse, SF7Pistazien, SF8=Macadamianüsse, EN = Erdnüsse, SO = Soja, MZ = Milch incl Lactose, S = Sellerie, SN = Senf, SE = Sesam, SD = Schwefeldioxid größer als 10mg/kg oder 1L, L= Lupine, W =Weichtier

**Kennzeichnung von Zusatzstoffen:** 1= Farbstoff, 2= konserviert, 3=Antioxidationsmittel, 4= Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=Phosphat, 9=Nitrat, 10=Nitritpökelsalz, 11=Süßungsmittel, 12=enthält Phenylalaninquelle, 13=koffeinhaltig, 14= chininhaltig

In unserem Betrieb verarbeiten wir Pasta, Grieß und Hülsenfrüchte ausschließlich aus ökologischem Landbau

Der Reis ist Parboiled-Reis

Die Menülinie mit dem DGE-Logo entspricht dem "DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder"

sowie dem "DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung" und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.



DE-ÖKO-006 / DE - HE 10033 – EG

**Wir wünschen guten Appetit!**