

## FRIEDRICH EBERT SCHULE

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

- Montag, 28.01.** Hähnchenbrust mit asiatisches Wokgemüse<sup>(SO,G1)</sup>  
(Bambussprossen, Weißkohl, Paprika, Lauch), dazu Reis  
als Dessert Fruchtjoghurt<sup>(MZ)</sup>
- Dienstag, 29.01.** Ungarisches Rindergulasch<sup>(G1)</sup> mit Spätzle<sup>(G1,Ei)</sup> und  
Möhrengemüse,  
Stückobst
- Mittwoch, 30.01.** Brokkoli-Nuss-Ecke<sup>(G1,Ei,SF2)</sup> mit Kräutersauce<sup>(G1,MZ)</sup>,  
dazu Kartoffeln,  
als Dessert Vanillepudding<sup>(MZ)</sup>
- Donnerstag, 31.01.** Kartoffelsuppe<sup>(S)</sup>, dazu Vollkornbrot<sup>(G2)</sup> und Rohkost  
Stückobst
- Freitag, 01.02.** Fischpfanne in Dillsauce<sup>(MZ,S,G1)</sup> (Seelachs, Wildlachs),  
Vollkornspirelli<sup>(G1)</sup>, Gurkensalat mit Joghurtdressing<sup>(MZ,SD,SN)</sup>  
zum Nachtisch Gebäck<sup>(G1,MZ,Ei)</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!**