

## FRIEDRICH-EBERT-SCHULE

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

**Montag, 04.10.** Hackbraten (Rindfleisch) mit Champignonsoße (MZ,G1) mit Kartoffeln  
Karottengemüse (MZ)  
Fruchtjoghurt (MZ)

Kartoffelpuffer (G1,Ei) mit Apfelmark (ungesüßt,3)  
Karottenrohkost

**Dienstag, 05.10.** Nudelauflauf mit Fetakäse, Tomaten und Spinat (MZ,G1)  
Blattsalat mit Joghurtdressing (MZ,SN,SD)  
Stückobst

**Mittwoch, 06.10.** Minestrone (S) (Karotten, Kartoffeln, Tomate, Sellerie, Erbsen)  
dazu Vollkornbrot  
zum Nachtisch Grießbrei (MZ)

**Donnerstag, 07.10.** Hähnchenbrust mit Zucchini Sauce (G1,MZ), dazu Reis  
Salat mit Kräuter-Dressing (SN,SD)  
Stückobst

Börek, Spinat-Feta-Strudel (G1,MZ,Ei) mit Joghurtdip (MZ)  
Rohkostsalat mit Essig-Öl-Dressing (SN,SD)  
Stückobst

**Freitag, 08.10.** Fischfrikadelle, Seelachs (F,G1,MZ) mit Kartoffelpüree (MZ)  
Kohlrabi-Rahmgemüse (MZ,G1)  
Schokopudding (MZ)

Blumenkohl in Käsesauce (MZ,G1), dazu Kartoffeln  
Schokopudding (MZ)

**Kennlichmachung 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=Macadamanüsse, 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  
**Kennlichmachung 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!**