

# Speisekarte / Friedrich Ebert Schule

O.P.A.L. Catering GmbH 069/8509947-10  
 Friedhofstraße 51  
 63065 Offenbach

KW 12	18. Mrz Montag	19. Mrz Dienstag	20. Mrz Mittwoch	21. Mrz Donnerstag	22. Mrz Freitag
	<b>laktosefrei</b>	<b>laktosefrei</b>	<b>laktosefrei</b>		<b>laktosefrei</b>
<b>Hauptessen</b>	Bio-Penne (GL-W) Rinderhaschee (Rindfleisch)  Blattsalat Essig-Öl-Dressing (S,SD)	Putengeschnetzeltes (GL-W) Spätzle (GL-W,EI)  Blattsalat Mango-Dressing (S,SD)	2x Rindfleischbällchen (GL-W,EI) Baked Beans Reis Mischsalat (SD,S)	Geflügelbockwurst (3) Rahmspinat (GL-W,LA) Kartoffeln	vegetarische Tortellini (GL-W,EI) Pesto -Tomatensauce (GL-W,ER,SC-W) Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing
				<b>laktosefrei</b>	
<b>Alternative Essen</b>	3x Kartoffel Röstis (EI,GL-W) Kräuterquark (LA) Blattsalat Mango-Dressing (SN,SD)	Gemüse Auflauf mit Käse (Erbse, Bohnen, Paprika) überbacken (LA,GL-W) Kartoffeln	Süßkartoffelgnocchi (GL-W,EI) mediterranes- Gemüse	Kartoffeleintopf (SL) Vollkornbrot (GL-W,GL-R) Gurken-Rohkost	
<b>Dessert</b>	Fruchtquark (LA)	Stückobst	Fruchtjoghurt (LA)	Stückobst	Donuts (GL-W,EI,LA)



Kennzeichnung von Allergenen: **Glutenhaltig**,GL-W=Weizen,GL-R=Roggen,GL-G=Gerste,GL-H=Hafer,GL-D=Dinkel, KR=Krebstiere, EI=Eier, FI=Fisch, **SC=Schalenfrüchte**,SC-MC=Mandel,SC-HA=Haselnüsse,SC-W=Walnüsse,SC-Ca=Cashewnüsse,SC-PI=Pecannüsse,SC-PE=Paranüsse, SC-PI=Pecannüsse,SC-PE=Paranüsse,Pistazien,SC-MC=Macadamianüsse,ER =Erdnüsse, SO=Soja, LA=Milch incl Lactose, SL=Sellerie,S=Senf,SE=Sesam, SD=Schwefeldioxid größer als 10mg/kg oder 1L, LU=Lupine, W =Weichtier



Kennzeichnung von Zusatzstoffen:1=Farbstoff,2=konserviert,3=Antioxidationsmittel,4=Geschmacksverstärker,5=geschwefelt, 6=geschwärzt,7=gewachst, 8=Phosphat,9=Süßungsmittel,10=enthält Phenylalaninquelle,12=Nitritpökelsalz,16=koffeinhaltig,17=Chininhaltig